

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ О СОБЛЮДЕНИИ ПРАВИЛ В ДЕТСКОМ САДУ

Уважаемые родители!

В нашем детском саду принято соблюдать некоторые правила. Надеемся на Ваше понимание и настрой на положительный результат общих усилий!

1. Режим работы нашего детского сада с 07.30 утра до 18.00 вечера, 5 дней в неделю, выходные суббота, воскресенье. В праздничные дни, установленные Правительством РФ, детский сад не работает.

2. Приводить ребёнка необходимо до 08.15 утра. Если Вы всё же опаздываете, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** предупредите воспитателя по телефону. Если вы привели ребенка после начала какого-либо режимного момента, пожалуйста, разденьте его и подождите вместе с ним в раздевалке до ближайшего перерыва.

3. Приходя утром, поздоровайтесь с работниками детского сада, особенно с воспитателями, ведь они каждый день заменяют Вашим детям мам и пап. К педагогам группы независимо от их возраста необходимо обращаться на Вы, по имени и отчеству.

4. Педагоги готовы беседовать с Вами о Вашем ребенке утром до 08.15 и вечером после 17:00. В другое время педагог обязан работать с группой детей и отвлекать его нельзя.

5. Мы уделяем большое внимание вопросу безопасности жизни и здоровья Вашего ребенка, из чего следуют еще несколько пунктов:

- Приводит и забирает ребенка ТОЛЬКО родитель и (или) доверенное лицо при наличии письменного разрешения родителя.
- Дети до 18-ти лет забрать ребенка из сада не имеют права.
- В экстренных случаях возможны исключения ТОЛЬКО после личного согласования ситуации с руководителем детского сада.

6. Не отправляйте ребенка в детский сад одного, Вы подвергаете жизнь ребенка опасности.

7. Если Ваш ребенок страдает установленными аллергическими реакциями (продукты питания, цветочные растения, пыльца, шерсть, медикаменты, укусы насекомых и т.д.), **ОБЯЗАТЕЛЬНО** укажите на этот факт в беседе с медсестрой и воспитателем Вашей группы.

8. Если в течение дня у ребенка появляются первые признаки заболевания (температура, рвота, высыпания, диарея), родители будут немедленно об этом извещены и должны будут как можно скорее забрать ребенка из медицинского изолятора детского сада.

9. Накануне предполагаемого отсутствия ребенка в детском саду по семейным обстоятельствам (отпуск, летний период, санаторно-курортное лечение и пр.) оставьте заявление заведующему ДОУ.

10. Не приводите больного ребенка в детский сад, этим подвергаете опасности здоровье не только своего ребенка (больному ребенку нужны

постельный режим, лечение и мама рядом), но и здоровье всех остальных детей. Выявленные при утреннем фильтре больные и дети с подозрением на заболевание в детский сад не принимаются. Состояние здоровья ребенка определяет по внешним признакам воспитатель, и если его что-то смущает, то придется общаться с медиками. Мы рады 100% посещаемости, но если «сопельки» и кашель Вас, как маму, не пугают, то у другой мамы может быть другое, отличное от Вашего, мнение.

11. Если у ребенка есть любимая игрушка, книжка, их, конечно, можно принести в детский сад, но ребёнок должен быть готов к тому, что необходимо делиться игрушками. Желательно не брать в детский сад игрушки и предметы, за целостность и сохранность которых Вы будете переживать. Это также касается мобильных телефонов, игровых приставок, коммуникаторов и т.д. Воспитатель за них ответственности не несет.

12. Нежелательно давать ребенку с собой сладости и другую еду, если только они не предназначены для угощения всех детей. Жвачки и чупа-чупсы пусть дети жуют дома под Вашим присмотром.

13. Чтобы избежать случаев травматизма, родителям необходимо проверить содержимое карманов в одежде ребенка на наличие опасных предметов. Категорически запрещается приносить в детский сад острые, режущие, стеклянные предметы, а также мелкие предметы (бусинки, пуговицы и т.п.), таблетки и другие лекарственные средства.

14. Не приносите в детский сад никаких лекарств, т.к. ни воспитатели, ни даже медсестра не имеют права давать детям лекарства в детском саду.

15. Перед тем как вести ребенка в детский сад, проверьте, соответствует ли его костюм времени года и температуре воздуха. Проследите, чтобы одежда ребенка не была слишком велика и не сковывала его движений. В правильно подобранной одежде ребенок свободно двигается и меньше утомляется. Завязки и застёжки должны быть расположены так, чтобы ребенок мог самостоятельно себя обслужить. Обувь должна быть легкой, теплой, точно соответствовать ноге ребенка, легко сниматься и надеваться. Носовой платок необходим ребенку, как в помещении, так и на прогулке. Сделайте на одежде удобные карманы для его хранения.

16. Приводить ребенка нужно в опрятном виде, чистой одежде и обуви; иметь: сменную обувь, сменную одежду, спортивную форму, два пакета для хранения чистого и использованного белья. Количество сменной одежды зависит от индивидуальных особенностей ребёнка.

17. Убедительная просьба заходить в детский сад в свой вход, разуваться или одевать бахилы. Запрещается ходить по коридорам детского сада.

18. Вносите плату за содержание ребенка в ДОО не позднее 10-го числа каждого месяца. Своевременно представляйте документы, подтверждающие льготы по оплате за содержание ребенка в детском саду. При возникновении нерядовой ситуации поставьте администрацию в известность. Адекватно реагируйте на вопросы о своевременно невнесенной оплате.

19. Необходимо своевременно сообщать об изменении адреса места жительства, смене номера контактного телефона, места Вашей работы воспитателям.
20. Проходить в игровую комнату, буфетную или туалет без разрешения воспитателя СТРОГО запрещено.
21. Если Вы обнаружили неудовлетворенность или некоторое несогласие с тем, как организована жизнь детей в группе, Вам следует обсудить это с воспитателями группы. Если этот разговор не помог решению проблемы, пожалуйста, обратитесь к руководству детского сада. Безусловно, Вы можете обратиться прямо к заведующей и выразить свою обеспокоенность.
22. Спорные и конфликтные ситуации с воспитателями и другими родителями необходимо разрешать в отсутствие детей.
23. Запрещается приходить в детский сад в нетрезвом состоянии, курить на территории детского сада, приводить животных.
24. Чаще обращайтесь внимание на информацию, которая находится в приемной вашей группы и на сайте детского сада. В ней Вы найдете много полезного для себя в деле воспитания детей, а также информацию о жизни Вашего ребенка в группе: содержание программы, по которой работает группа, распорядок дня, сетку занятий, объявления, меню и другие полезные материалы.
25. Чаще интересуйтесь у воспитателей успехами и неудачами Вашего малыша, а не только тем, кто его обидел, и что он сегодня кушал.
26. Постарайтесь знать всех специалистов, работающих с Вашими детьми, в лицо и по имени отчеству для того, чтобы обратиться к ним с возникающими у Вас проблемами в воспитании и обучении Вашего ребенка.
27. Приходите за ребенком вечером вовремя. Помните что, приходя за ребенком позже 18.00, Вы заставляете воспитателей работать бесплатно сверхурочно. Если Вас заставят работать бесплатно – согласитесь Вы или нет? Не пользуйтесь добротой работников детского сада.
28. Въезд на территорию учреждения частных машин строго запрещен во избежание несчастных случаев. Категорически запрещена парковка перед воротами, т. к. это препятствует проезду служебных машин и преграждает путь на случай чрезвычайной ситуации.
29. Соблюдайте этические нормы в общении с детьми и сотрудниками детского сада.

Благодарим за соблюдение правил!

«Детская самостоятельность: почему это важно?»

В детстве наша открытость новому проявляется особенно ярко: хочется исследовать все многообразие событий и явлений вокруг. Задача взрослых — помочь ребенку сохранить природную любознательность и вдохновить на знакомство с миром, полным информации.



ТЕОРИЯ
Что важно знать о детской

ПРАКТИКА
Практические задания
родителей

ТЕСТ
Тесты для

1. ТЕОРИЯ

Что важно знать о детской самостоятельности? И почему родителям стоит поддержать ребенка на пути к ней. Разбираемся вместе с детским психологом

Что такое самостоятельность?

Самостоятельность — это свойство личности, которое выражается в нашей способности ставить перед собой цели, собственными силами достигать их и нести за это личную ответственность. А еще в инициативности, уверенности в своих силах, адекватной самооценке и отсутствии необходимости внешнего контроля.

Если не предоставлять ребенку свободу, соответствующую его возрасту и навыкам, в будущем он не сможет брать ответственность за свои решения, будет вынужден опираться на мнение окружающих, что негативно скажется на его профессиональной, социальной и личной жизни.



Можно ли научить ребенка самостоятельности?

Самостоятельности невозможно научить, её можно только предоставить. Будет ли ребенок самостоятельным, зависит от того, готовы ли родители поддержать его на этом пути, отпустить от себя, принять взросление, собственную точку зрения, решения и ошибки. На деле это часто сложнее, чем кажется: пока ребенок мал, мама и папа занимают главную роль в его жизни и естественно хотят защитить от любых опасностей. Однако на пути к самостоятельности главная задача — не уберечь ребенка от проблем, а научить его с ними справляться.



Гиперопека. Какие могут быть последствия?

Когда родители не видят разницы между естественной заботой о ребенке и чрезмерной опекой, это негативно сказывается на психологическом здоровье ребенка и становится причиной тотальной неуверенности в себе и проблем с самооценкой. Ребенок может прекратить проявлять инициативу, так как будет уверен, что без взрослого он не в состоянии ничего сделать, даже если задача ему по силам. Родители таких детей будут вынуждены, например, продолжать помогать им с учебной работой и в подростковом возрасте, что может привести либо к ухудшению успеваемости, либо к скандалам дома. Люди, которых чрезмерно опекали в детстве, часто не знают, чего хотят от жизни, зависимы от мнения окружающих, испытывают сложности в отношениях, не умеют выстраивать границы. Их представления о себе и мире нереалистичны, это мешает им гармонично развиваться и реализовывать свой потенциал.



Как меняется потребность в самостоятельности по мере взросления ребенка?

Взрослея, ребенок стремится делать все больше вещей самостоятельно. Сначала он осваивает простые бытовые навыки (например, чистить зубы, самостоятельно одеться, помыть яблоко). После поступления в школу действовать самостоятельно нужно чаще: меняется распорядок дня, круг общения, обязанности. От того, насколько легко он сможет адаптироваться к этому этапу жизни, зависит многое: успеваемость, социализация и популярность в компании или у одноклассников, успехи в хобби, самооценка.

С каждым годом число навыков и их сложность растет. Теперь ребенок может не просто разогреть себе обед, но и приготовить что-то простое самостоятельно или, выбрав желанную игрушку, не просто обратиться к маме с просьбой купить ее, а придумать, как самому накопить нужную сумму. Так он учится расставлять приоритеты, делать выбор, договариваться, стремится больше и глубже познавать окружающий мир.

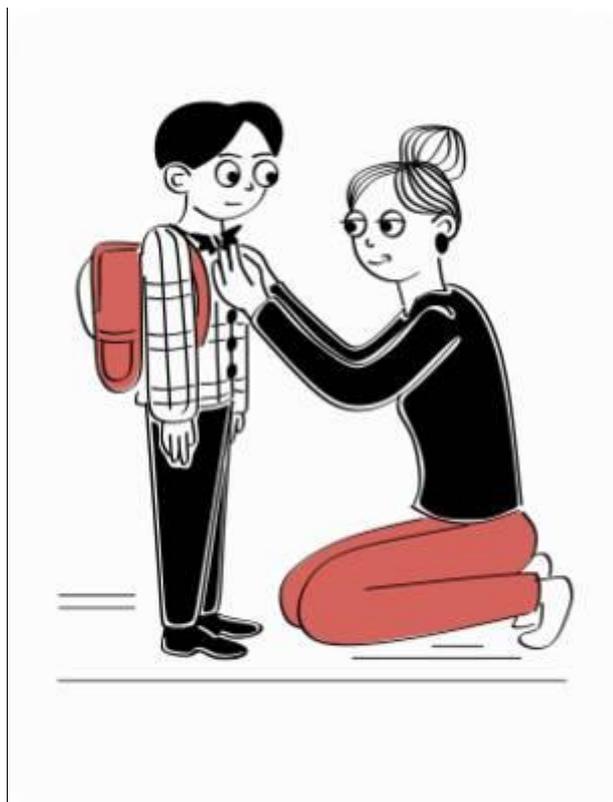
В подростковом возрасте нередко происходит слом авторитетов и ценностей. Главная родительская задача – позволить ребенку отделиться, дать возможность принимать собственные решения, даже если они кажутся неверными, и столкнуться с их последствиями.



Как решиться дать ребенку больше самостоятельности?

Передавая ребенку ответственность в той или иной сфере жизни, родителю необходимо осознавать, что это в конечном счете пойдет ему на пользу. Подготовьтесь – начните с относительно простых и небольших задач и постепенно усложняйте дела, в которых доверяете ребенку. Отслеживайте его реакцию и отмечайте промежуточные результаты: ничего плохого не происходит, он отлично справляется!

Хорошая новость в том, что сегодня ребенку проще пробовать быть самостоятельным: в интернете легко найти рецепт любимого блюда, выбрать стиль одежды помогут блоги, подготовить домашнюю работу – онлайн-библиотеки. Родителям остается только постараться оградить ребенка от нежелательного контента и дать ему свободу выбора. В этом могут помочь современные цифровые сервисы (например, с подпиской [НЕТАРИФ Junior](#) от МТС можно охватить широкий спектр интересов ребенка: от чтения книг и прослушивания любимых треков до общения с друзьями в мессенджерах. В сервисах МТС Music и МТС Библиотека доступны детские режимы, которые ограничат неподходящий для школьного возраста контент. Так ребенок получит широкие возможности для развития и познания нового, а вы — уверенность в его безопасности.)



2. ПРАКТИКА «Я сам»: как развить у ребенка самостоятельность?

Шесть простых заданий, которые помогут ребенку научиться принимать решения, а родителям – передать ему ответственность за себя и свои поступки



Я и ТЫ



Смотрите,

что я умею!



А что ты думаешь про...?



Пойдем, куда скажешь

И дальше всё повторяется. «Такой «круговорот» жизненных заданий, способных помочь ребёнку принять решения в различных ситуациях», - считает психолог Ксения Денисенко.



Составляем план дня



Сегодня твой день



**Консультация для родителей на тему:
«Мелкая моторика
в психофизическом развитии дошкольников»**

Мелкая моторика — совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук и ног.

К области мелкой моторики относится большое разнообразных движений: от примитивных жестов, таких как захват объектов, до очень мелких движений, от которых, например, зависит почерк человека.

Ребенок только родился — и уже осуществляет хватательные движения, т.е. сжимает и разжимает кулачок. Это движение является первым и остается главным на протяжении всей жизни. В связи с этим в методике физического воспитания изменилась традиционная последовательность обучения основным видам жизненно необходимых движений (ходьба, бег, прыжки, ползание и лазанье, бросание, ловля, метание), которые осваивает ребенок. Это хватание, бросание, ловля, метание, затем ползание и лазанье и только потом — ходьба, бег, прыжки.

С рождения до 3 месяцев взрослый согревает руки малыша, делает легкий массаж рук, пальцев кисти. Затем он сам осуществляет рефлекторные движения — схватывает и сжимает погремушку, тянется к подвешенным игрушкам, касается игрушки (бубенчики, колокольчики). С 4 до 7 месяцев у ребенка появляются произвольные движения — он захватывает мягкие игрушки, бусы. С 6 месяцев поднимает игрушку, рассматривает ее, перекладывает. С 7 месяцев взрослый играет с ребенком в «Ладушки», помогает собирать пирамидку, игрушки-гнезда, матрешку, складывать кубики. Корни всех этих упражнений лежат в народной педагогике. На протяжении многих веков мама или бабушка играли с пальчиками малыша, проговаривая при этом пестушки, потешки. Так взрослые любовно и мудро поучали ребенка.

Специалистами доказано: ежедневный массаж кисти, пальцевые упражнения и занятия с ребенком по овладению навыками речи ускоряют ее развитие на три-четыре недели уже в первом полугодии второго года жизни. Таким образом, двигательная активность кисти увеличивает запас слов, способствует осмысленному их использованию.

Как правило, комплексы пальчиковой гимнастики применяются логопедами для устранения дефектов речи у детей. Эти упражнения используют и другие специалисты (психолог, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре), и воспитатели.

Развитию мелкой моторики уделяется внимание с первых месяцев жизни ребенка. И.М. Сеченов писал, что движения руки человека наследственно не предопределены, а возникают в процессе воспитания и обучения, как результат образования ассоциативных связей между зрительными ощущениями, осязательными и мышечными в процессе активного взаимодействия с окружающей средой.

У ребенка умение направлять движения своих ручек к предмету и его ощупывание возникают лишь только на 4 месяце. Хватание предмета возникает между 5 и 6 месяцами жизни. Развитие руки как анализатора, начинается с появления у ребенка ощупывающих движений. Рука движется здесь не за предметом, а по предмету.

С ощупывания начинается интенсивное развитие движений ребенка. К 5 месяцам у него формируется акт хватания, в котором объединяются два движения: направление руки к предмету с его ощупыванием и рассматривание своих ручек.

Акт хватания связан с образованием зрительно-двигательных координации, и он представляет первое направленное действие, также являясь важным условием развития разнообразных манипуляций с предметом.

К 6 месяцу — ребенок самостоятельно переходит из лежачего положения в сидячее. Это позволяет ребенку следить глазами за движением рук с предметом.

В 7 месяцев — происходит захватывание предмета почти мгновенно. Акт хватания совершается с противопоставлением большого пальца остальным.

На протяжении второго полугодия жизни ребенка особенно интенсивно развиваются его ручные движения.

Сначала появляется похлопывание — ребенок ударяет по предмету чем-либо, затем переключивание предмета из руки в другую руку. Возникают цепные движения, т.е. такие, в которых несколько различных движений следуют одно за другим.

В процессе формирования у ребенка повторных и цепных движений складываются представления о свойствах предметов и возможном действии с этими предметами.

В дальнейшем ребенок учится манипулировать двумя предметами одновременно, у него появляются первые функциональные действия с этими предметами.

К концу 1-го года жизни происходят существенные изменения в развитии действий ребенка. Приблизительно в 10-11 месяцев дети проделывают с игрушками те действия, которые показывают им взрослые.

Эти действия происходят сначала в совместной деятельности со взрослым, позже на основе этих действий — появляются самостоятельные действия.

На начальном этапе развития действия ребенка связаны не с предметами, а с единичной вещью, на которой был показан и усвоен способ действия с ней. Первые функциональные действия — это еще не собственно предметные действия. В усвоении предметных действий важнейшая роль принадлежит речи — как основному средству общения взрослого с ребенком.

С самого момента рождения рука младенца движется. Однако, как отмечает Ф.Н. Шемякин, особенности этих движений таковы, что «заставляют говорить не о функциях руки, а лишь о предпосылках этих функций, т.к. ничего в них не специфично для руки».

А.В. Запорожец говорил, чтобы рука ребенка стала в функциональном отношении подлинно человеческой рукой, превратилась бы в «орудие орудий», ребенок должен научиться использовать её безграничные возможности в соответствии с бесконечным многообразием окружающих условий. На этом пути одним из первых важнейших этапов является возникновение хватания видимого предмета. На 4-5 месяце появляются зачатки оппозиции большого пальца, затем и другие пальцы руки приобретают особые роли в актах захватывания и удержания предметов. Указательный и средний — становятся ведущими, они могут совместно с большим осуществлять самостоятельно акт хватания (щепотью), в то же время безымянный и мизинец отодвигаются на задний план, как второстепенные, подсобные. При этом движения руки, вследствие образования соответствующих кинестетическо-тактильно-зрительных связей точно приурочиваются к местоположению, размеру, весу, форме предмета.

Таким образом, влияние на произвольные движения предметных условий деятельности опосредовано характером и внутренней механикой операций, в состав которых входят эти движения.

К концу 1 года жизни произвольные движения, связанные с ручными операциями, достигают у ребенка относительно высокой степени развития. Ребенок начинает манипулировать разными предметами по-разному. Например, размахивать погремушкой, бросать мячик, нажимать на пищащую резиновую игрушку и т.д. Почти одновременно возникают попытки действовать одним предметом в отношении другого: стучать кубиком по столу, просовывать палку между перекладинами кровати, засовывать мелкие вещи в какие-либо отверстия.

К концу 1 года жизни — сформировавшиеся манипуляции связываются со словом. Формы манипулирования предметами ребенок усваивает как путем подражания, так и в результате собственной практики.

На 2 году жизни дети начинают пользоваться ложкой, чашкой, миской, полотенцем. Но движения руки ещё не подчинены логике предметов. У младших дошкольников воспроизведение движений в соответствии со связанными с ними предметами или при наличии их игровых заместителей достигает довольно высокого уровня и составляет необходимый компонент большинства детских игр. Дети 3-5 лет изображают не способ действия и связанные с ним движения, а результат, который с помощью этого достигается.

6-7 лет произвольность движений достигает высокой степени развития. Ребенок может воспроизвести предложенное движение по словесной инструкции в отсутствие предмета, в связи которым оно формировалось.

Рекомендации родителям по профилактике простудных заболеваний у детей.

Дети в холодное время года и межсезонье часто болеют. В среднем ребенок до 6 лет болеет простудными заболеваниями до 8 раз в год средней продолжительностью 14 дней. Дети более старшего возраста реже болеют, так как к этому возрасту вырабатываются защитные функции организма. Поэтому профилактика поможет в первую очередь огородить вашего малыша любого возраста от вирусов. *В связи с этим профилактика простуды у детей должна проводиться на протяжении всего года, а не только в периоды заболеваний.*



Причины простуды

Первое место делят - общее переохлаждение организма ребенка и легкие респираторные инфекции, вызванные распространением вирусов. Они очень заразны и передаются от человека к человеку. Вирусы, вызывающие простуду могут передаваться через кашель, чихание или обмен индивидуальными вещами такими, как носовой платок и посуда. Поскольку дети имеют слабую иммунную систему, они более склонны к простуде. Дети могут заразиться от взрослых членов семьи, а также других детей во время игры.

Если вы убеждены, что у вашего ребенка действительно простуда, можно воспользоваться натуральными средствами для лечения простудных заболеваний у детей, без использования антибиотиков, поскольку они могут привести к другим достаточно тяжелым побочным воздействиям и их применение для лечения обычных простудных заболеваний у детей не оправданно. *Имбирь* - очень эффективен для лечения и профилактики простудных заболеваний у детей. *Горячий имбирный чай с медом и лимоном традиционно популярен в Индии, и также считается одним из лучших домашних средств от простуды.*

Профилактические прививки

Одним из способов для профилактики простуды у детей служит вакцинация. Профилактическая прививка способна защитить организм ребенка от 2 до 3 штаммов вируса. С оставшимися вирусами она справиться не сможет. Поэтому вакцинация рекомендуется только в том случае, когда заранее известен штамм вируса гриппа. Так же полноценная защита организма от гриппа наступает только через 2 недели после прививки. За это время организм успевает выработать нужные антитела для противостояния гриппу. Самостоятельно принимать решение о вакцинации не стоит, нужно обратиться к врачу.

Прием витаминов

Еще одним способом для профилактики простуды у детей является прием витаминов. В детском питании всегда должны быть фрукты и овощи, так как они являются источником витаминов для детей школьного и дошкольного возраста. Нужно очень внимательно относиться к питанию ребенка. Помимо фруктов овощей, источниками витаминов так же является ржаной хлеб, молоко, сливочное масло, бобы, овсянка и гречневая каша.



Закаливание

На сегодняшний день самым надежным способом защиты детского организма от простудных заболеваний является закаливание. Закаливать детский организм лучше летом, так как в это время года возможность переохладить организм уменьшается. Как правило летом врачи рекомендуют увезти детей подальше от города: на море, на дачу, в деревню в бабушке. Если нет возможности выехать за город нужно записать ребенка в спортивные секции, лучше всего подойдут занятия в бассейне.

Если ваш малыш склонен к простудным заболеваниям, то с ним нужно проводить профилактические процедуры. Для начала можно начать с растираний ручек или ножек охлажденным полотенцем, затем можно на несколько градусов снижать температуру воды для купания. После того, как организм привык к выше указанным процедурам, можно переходить к обливаниям, контрастному душу. Это поможет улучшению иммунитета.



Консультация для родителей:
«Профилактика простудных заболеваний у детей в осенний период»

Консультация для родителей «Профилактика простудных заболеваний у детей в осенний период»

Профилактика простудных заболеваний у детей в осенний период

С наступлением осени как никогда актуальным становится вопрос профилактики простудных заболеваний. Каждую маму волнует вопрос, как избежать простудных заболеваний вообще или минимизировать длительность и интенсивность простуды.

Итак, вот несколько важных моментов, которые помогут Вам предупредить простуду:

Наш друг – правильная температура

Температура воздуха в комнате должна быть не выше +22.

Также ребёнка на улицу одеваем по погоде. Не кутайте в 33 одежды, но и не допускайте попадания холодного воздуха под одежду.

Если за окном дождик, но при этом холодно, не забудьте одеть тёплый носочек в резиновый сапожек.

Увлажнение и доступ свежего воздуха в квартире

В холодное время года особо актуальна тема увлажнения воздуха. Так как различные обогреватели, батареи, как и кондиционер впрочем, высушивают воздух, а это в свою очередь приводит к сухости слизистой оболочки носоглотки и прямому попаданию микробов внутрь организма.

Поэтому крайне важно увлажнять воздух в квартире: регулярно проветривать помещение, спать с открытой форточкой, делать влажную уборку (при этом избавиться от вещей, активно собирающих пыль) и использовать увлажнитель воздуха. Также рекомендуется промывать носик ребёнка солевым раствором.

Частые прогулки на улице

Гулять с малышом на улице нужно как можно чаще. Осень и ранняя весна – не исключение. Пусть это даже будут короткие прогулки по 30-40 минут, но пусть за день их будет 2-3. Прохладный воздух и контраст температур оказывают положительное влияние на детский организм. Только при этом, конечно, одевайтесь по погоде.

Закаливание

В качестве профилактики простудных заболеваний также можно использовать закаливание. Правда, начинать закаливание нужно намного раньше и стартовать с периода абсолютного здоровья малыша.

Эффект закаливания создаётся благодаря разнице температур. Летом температура воздуха выше температуры воды. А в бассейне наоборот вода имеет более высокую температуру по сравнению с воздухом. Так вода в бассейне +34 градуса для грудничков, для детей постарше – +32, а вот температура воздуха уже +26 градусов, в раздевалке – +23-24 градуса.

Только не начинайте резко процедуру закаливания. Если Вы решили начать закаливаться дома, делайте это постепенно. Например, начните с обливания водой с температурой +36 (температура тела) и через каждые три-четыре дня снижайте температуру воды на 1-2 градуса. Желательно остановиться на пороге 12-13 градусов и далее обливаться именно такой водичкой.

Витамины и лекарства

Правильное питание – лучший способ обеспечить витаминам ребёнка. А вот кормить малыша однообразной пищей и компенсировать недостаток витаминов медицинскими витаминными препаратами не стоит.

Вообще старайтесь давать малышу как можно меньше лекарств и никогда не занимайтесь самолечением.

А из народных методов с целью профилактики простудных заболеваний используйте натуральные компоты из сухофруктов, варенье (всем известна польза малинового варенья, отвары из целебных трав. Помните о витамине С, он крайне важен в качестве профилактики простуды.

Также возьмите на заметку правила для детей и взрослых по профилактике ОРВИ:

- мойте руки с мылом, особенно после высмаркивания, перед едой или перед ее приготовлением;
- старайтесь лишний раз не дотрагиваться руками до глаз, носа и рта;
- чихая и кашляя, прикрывайте рот;
- сморкайтесь в бумажные носовые платки и сразу выкидывайте их;
- старайтесь пользоваться индивидуальной чашкой, стаканами и столовыми приборами;
- избегайте тесного контакта с больными ОРВИ.

Консультация для родителей: «Как провести осень без простуды»

Вот так неожиданно после тепла пришла осень с прохладной погодой и дождями.

Следовательно, не за горами и первые простуды у детей всех возрастов.

Что сделать, чтобы ребенок не простудился в осенний период? Как не допустить элементарного насморка и ОРВИ? Как с радостью прожить этот осенний период?

Только комплекс мероприятий, то есть разнообразные действия в разных областях дают гарантированный результат.

Многих родителей мучает один и тот же вопрос: *«От чего чаще всего появляется простуда у ребенка?»* Правильно - от воды: или ребенок ноги простудил, или долго находился в дождливую сырую погоду на улице. Что делать? От чего заболели, тем и лечиться надо. А гулять с детьми нужно в любую погоду. Пусть это будут не продолжительные по времени прогулки, но обязательные и систематические. Учтите, пожалуйста, что прогулки вместе с ребенком по магазинам способствуют обратному эффекту, то есть приобретению воздушных инфекций.

Прогулки – это нахождение ребенка на улице, пешие прогулки по парку или скверу, на велосипеде, на роликах. Полнобовавшись красотой осенней природы, вы способствуете развитию движений ребенка и хорошему обмену веществ, а также успешной адаптации к сырому и влажному климату.

Осенняя витаминизация детей. Начинать прямо сейчас ежедневно по утрам и вечерам пить чай с лимоном и съесть его с сахаром вместе с цедрой. Я же говорила вам, что пример родителей – заразителен. Ну, заразите вашего ребенка добрыми и здоровыми привычками, пока это не сделала вирусная инфекция! Приучите ребенка к чесноку. Чеснок не обязательно есть в чистом виде. Свежий

чеснок можно просто мелко нарезать и посыпать его в тарелку с супом. Купите в аптеке богатый витаминами (*особенно витамином С*) сироп шиповника. Добавляйте его в чай или давайте ребенку как самостоятельный напиток, разводя в теплой воде. И самое главное прививайте своим деткам культурно гигиенические навыки и напоминайте им что: в детском саду, на улице, в общественных местах надо закрывать нос и рот, когда находишься рядом с людьми, которые чихают и кашляют. Перед едой нужно обязательно мыть руки и высмаркивать нос. Пользоваться только своими личными вещами (*носовой платок, вилка, ложка*). Потому что через чужие вещи инфекция может попасть в организм ребенка.

Продумайте гардероб ребенка. Знаете ли вы, что одной из возможных причин простуды в осенний период является несоответствие одежды ребенка погоде на улице. Почему-то одни родители перегревают своего ребенка, другие – одевают легкомысленно легко. Чтобы ваш ребенок избежал простуды, исключите возможные причины. Одевайте своего ребенка по сезону, не теплее и не легче необходимого.

Основные требования к одежде ребенка:

1. Хорошая обувь в соответствии с погодой - это залог здоровья вашего ребенка. Ноги должны быть сухие и теплые.

2. Головной убор или капюшон на куртке. Голову всегда держим в тепле.

Трудно? Нет! Лучшая защита от простуды осенью - её комплексная профилактика. Будьте здоровы!

Памятка для родителей
Правила пожарной безопасности для детей
Уважаемые взрослые!

Пожалуйста, изучайте с детьми правила пожарной безопасности!

Пожарная безопасность дома

1. Выучите и запишите на листке бумаги ваш адрес и телефон. Положите этот листок рядом с телефонным аппаратом.
2. Не играйте со спичками и зажигалками, аэрозольными баллончиками. Это может стать причиной пожара.
3. Уходя из дома или из комнаты, не забывайте выключать электроприборы.
4. Не сушите белье над плитой. Оно может загореться.
5. В деревне или на даче без взрослых не подходите к печке и не открывайте печную дверцу. От выпавшего уголька может загореться дом.
6. Ни в коем случае не зажигайте фейерверки, свечи или бенгальские огни без взрослых.

Пожарная безопасность при пользовании газовой плитой

1. Если вы почувствовали запах газа, не включайте свет и электроприборы, не зажигайте спички, а сразу же сообщите об этом взрослым. Срочно проветрите комнату.
2. При запахе газа звоните в газовую службу от соседей.
3. Не играйте на кухне, особенно при включенной газовой плите.
4. Уходя из дома, проверьте, закрыты ли газовые конфорки.
5. Никогда не висите на газовых трубах.

Пожарная безопасность при пользовании электроприборами

1. Не пользуйтесь неисправными электроприборами.
2. Не дотрагивайтесь до электроприборов мокрыми руками.
3. Не пользуйтесь электроприборами в ванной.
4. Не накрывайте лампы и светильники тканью или бумагой.
5. Не оставляйте включенными утюг и другие электроприборы.

Правила поведения во время пожара

1. Если огонь небольшой и горит **не** электроприбор, можно попробовать сразу же затушить пламя, набросив на него плотную ткань, одеяло, или залив водой.
2. Если огонь сразу не погас, немедленно убегай из дома в безопасное место. И только после этого позвони в пожарную охрану или попроси об этом взрослых.
3. Если не можешь убежать из горящей квартиры, сразу позвони по телефону 01 и сообщи пожарным точный адрес (улица, номер дома, номер квартиры, где и что горит). После этого зови из окна на помощь соседей и прохожих криком «Пожар!»
4. Если под рукой нет телефона и ты не можешь выйти из квартиры, сразу зови на помощь из окна. Если сможешь, налей ведро воды, закрой дверь в комнату, в которой ты находишься.
5. При пожаре дым гораздо опаснее огня. Продвигаться к выходу нужно ползком – внизу дыма меньше.

6. При пожаре никогда не садись в лифт, он может отключиться. Спускаться можно только по лестнице

7. Ожидая пожарных, не теряй головы и не выпрыгивай из окна. Закрой рот и нос влажной тканью. Если есть вода – лей на пол. Тебя обязательно спасут.

8. Когда приедут пожарные, во всем их слушайся и не бойся. Они лучше знают, как тебя спасти.

Пожарная безопасность в лесу

1. Пожар - самая большая опасность в лесу, поэтому не разводите костер без взрослых.

2. Никогда не балуйтесь в лесу со спичками. В сухую жаркую погоду достаточно одной спички или искры от фейерверка, чтобы лес загорелся.

3. Не выжигайте траву под деревьями, на прогалинах, на полянах и лугах.

4. Не оставляйте на полянах бутылки или осколки стекла.

5. Если вы оказались в лесу во время лесного пожара, определите направление ветра и направление распространения огня. Выходите из леса в сторону, откуда дует ветер.

6. Выйдя из леса, обязательно сообщите о пожаре взрослым.

Читаем детям

- Баданов М. "Костер".
- Барто Д. "Гроза".
- Волынский Т. "Кошкин дом".
- Гардернес Э. "Старший брат".
- Голосов П. "Сказка о заячьем теремке и опасном коробке".
- Дмитриев Т. "Тетя Варя - электросварщица".
- Жигулин А. "Пожары".
- Житков Б. "Пожар в море", "Пожар", "Дым".
- Зуев К. "Машину проверяю".
- Ильин Е. "Солнечный факел".
- Иоселиани О. "Пожарная команда".
- Куклин Л. "Сталевар. Кузнец. Пожарный".
- Маршак С. "Кошкин дом", "Вчера и сегодня".
- Михалков С. "Дядя Степа" (отрывок).
- Новичихин Е. "Ноль – один", "Спички".
- Оленев К. "Красная машина".
- Орлова Д. "Как Стобед хотел испугать волка, а сам чуть не сгорел".
- Пермяк Е. "Как Огонь Воду замуж взял".
- Смирнов О. "Степной пожар".
- Сухомлинский В. "Воробышек и огонь".
- Толстой Л. "Пожар", "Пожарные собаки".
- Фетисов Т. "Куда спешат красные машины".

• Холин И. "Как непослушная хрюшка едва не сгорела".

- Хоринская Е. "Спичка-невеличка".
- Цыферов Г. "Жил на свете слоненок".

**Памятка для родителей «Чтоб не ссориться с огнем»
Уважаемые родители!**

Закрепляйте с детьми правила пожарной безопасности:

- Не играть со спичками!
- Не включать электроприборы, если взрослых нет дома!
- Не открывать дверцу печки!
- Нельзя бросать в огонь пустые баночки и флаконы от бытовых химических веществ, особенно аэрозоли!
- Не играть с бензином и другими горючими веществами!
- Никогда не прятаться при пожаре!

Если в комнате огонь, нужно выбираться из нее на четвереньках и звать взрослых!

При пожаре звонить 01 (назвать свой адрес, телефон, фамилию и что горит)!
Не играть с огнем!

«Как предупредить пожар?»

Пожар – это чрезвычайно опасная ситуация, несущая большой материальный ущерб. Пожар может привести к жертвам.

Поэтому гораздо эффективнее предусмотреть и выполнить определенные профилактические меры.

Запишите на видном месте телефон пожарной службы **01** и телефон ближайшей пожарной части.

Проверьте исправность пожарной сигнализации в вашем жилье. Имейте дома первичные средства пожаротушения:

- в квартире (огнетушитель, кусок плотной трудногорючей ткани);
- на даче (воду, ящик с песком).

Умейте пользоваться первичными средствами:

Не тушите воздушно-пенными огнетушителями и водой электропроводку; заранее проверьте, не просрочен ли огнетушитель.

Не загромождайте балкон – брошенные с верхних этажей сигареты уничтожат не только то, что лежит на балконе, но и содержимое вашей квартиры.

С той же целью, уходя из дома, проверьте, закрыты ли окна и форточки в вашем жилье.

Не используйте не рекомендуемые материалы для утепления вашего жилья – при горении они могут выделять ядовитые газы и даже небольшое их количество может вызвать отравление и привести к непоправимым

последствиям. Используйте с этой целью специальные огнеупорные материалы.

Не храните легковоспламеняющиеся жидкости дома. Упаковывайте их в металлические ящики и храните подальше от детей и под замком.

Пожар в квартире.

Обнаружив пожар, необходимо немедленно вызвать пожарную охрану. Это следует сделать из безопасного места: соседней квартиры или дома. Набрать номер «01» и сообщить следующие сведения:

- Адрес, где обнаружено загорание или пожар.
- Объект, где происходит пожар: во дворе, в квартире, в школе, на складе и т.д.
- Что конкретно горит: телевизор, мебель, автомобиль...

Если диспетчер попросит, то уточнить: номер дома, подъезда, сколько этажей в здании и т.д.

- Сообщить свою фамилию и телефон.

Говорите по телефону четко и спокойно, не торопясь. Знайте, что пока Вы сообщаете о пожаре, пожарная команда уже поднята по тревоге и выезжает. Выйдя из дома, встречайте пожарную машину, показывая самый быстрый и удобный проезд к месту возникшего пожара.

Причины пожаров, на которых гибнут люди – курение!

Если вы еще не отказались от вредной привычки, пожалуйста:

- никогда не курите на диване или в кровати в состоянии даже легкого алкогольного опьянения;
- внимательно тушите окурки и спички;
- никогда не бросайте их с балкона;
- закуривая, всегда держите рядом пепельницу.

Если, уходя, Вы оставили ваших детей одних в доме, пожалуйста:

- отключите все электроприборы;
- перекройте газовые краны;
- положите спички, зажигалки в недоступные для них места;
- попросите соседей присмотреть за детьми;
- периодически звоните домой;
- запишите и положите возле телефонного аппарата номер службы спасения «01», с мобильного «112»;
- объясните ребенку, что если в квартире или доме начнется пожар, ему нужно сразу выйти в коридор (на улицу или балкон) и позвать на помощь соседей.

Памятка родителям по пожарной безопасности

Памятка для родителей «Елочка, зажгись!»

Новый год – самый веселый, самый долгожданный праздник. Традиционно в канун Нового года в домах и квартирах наряжают елки, готовят друг другу

подарки и поздравления, с нетерпением ожидая 12 ударов кремлевских курантов. В то же самое время, в новогоднюю ночь несут дежурство пожарные расчеты и бригады скорой помощи. Новый год для них – горячая пора.

Ни один Новый год в России не обходится без пожаров, а в последние годы – и без травм, вызванных применением некачественных пиротехнических изделий. Вата под елками горит, горящие петарды взрываются прямо в руках или летят совсем не туда, куда бы вы хотели – например, в открытую форточку чужой квартиры. Думаете, такого не может быть? Еще как может! Что же теперь делать? Новый год, что ли, не встречать?

Ни в коем случае! Не надо ничего отменять и запрещать! Но чтобы Новогодние праздники ничем не омрачились, необходимо помнить... Нет, не помнить, а **соблюдать правила пожарной безопасности.**

Елка

Елку нужно установить таким образом, чтобы она не мешала свободно ходить по комнате и не закрывала двери, ведущие в другие комнаты. И, что самое главное, стояла бы подальше от батарей отопления. Верхушка елки не должна упираться в потолок. Нельзя украшать елку игрушками, которые легко воспламеняются, обкладывать подставку под елкой обычной ватой, украшать дерево горящими свечками. Эти правила относятся как к настоящим елкам, так и к искусственным, пластиковым. Кстати при горении искусственной елки выделяются очень вредные вещества. А капелька горящего пластика, попав на кожу, оставит ожог более глубокий, чем настоящий раскаленный уголек.

Гирлянды

Электрические гирлянды тоже могут стать причиной пожара или поражения человека электрическим током – электротравмы. Гирлянда безопасна, если прошла сертификацию и во время хранения на складе магазина не была испорчена. Бывает, что гирлянда служит на протяжении многих лет. В этом случае тем более стоит удостовериться, что она исправна. Очень много новогодних пожаров случается из-за короткого замыкания. Если ты почувствовал запах жженой изоляции, заметил искрение или обнаружил, что провода сильно нагреваются или плавятся, пользоваться такой гирляндой нельзя.

Пиротехнические игрушки

Какой новогодний праздник обходится без бенгальских огней, фейерверков, шутих, петард! Перед Новым годом все прилавки завалены пиротехническими игрушками. К сожалению, нередко их качество оставляет желать лучшего. Поэтому необходимо помнить, что применение пиротехнических игрушек может привести не только к пожару, но и к серьезным травмам. Ожоги от пиротехнических игрушек бывают настолько глубокими, что приходится делать операцию по пересадке кожи. Нередко случается, что ребята лишаются конечностей, в основном пальцев рук. Бывает, что петарды взрываются прямо в кармане. Взрывчатое вещество в

некоторых пиротехнических изделиях самовоспламеняется уже при температуре 37 градусов.

Чтобы предотвратить несчастный случай, необходимо строго соблюдать правила пользования пиротехническими изделиями.

Не стоит приобретать их на оптовых рынках, в подземных переходах или электропоездах

Нельзя использовать игрушки с поврежденным корпусом или фитилем

Недопустимо:

- использовать пиротехнические игрушки в жилых помещениях – квартирах или на балконах,
- под низкими навесами и кронами деревьев
- носить такие изделия в карманах
- направлять ракеты и петарды на людей
- подходить ближе, чем на 15 метров к зажженным фейерверкам
- бросать петарды под ноги
- поджигать фитиль, держа его возле лица
- использовать пиротехнику при сильном ветре.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

по предупреждению несчастных случаев с детьми в быту

Напоминаем в очередной раз меры предосторожности:

Не оставляйте детей дома одних!

Если все-таки оставили, то на видном месте напишите номера телефонов, по которым ребенок может быстро связаться (ваша работа, мобильный, милиция, скорая помощь, пожарная охрана, соседи). Проверьте, не оставили ли вы включенной воду или газ, выключили ли электронагревательные приборы. Закройте окна и тщательно закройте входную дверь. Уходя в вечернее время, не забудьте включить свет в комнатах, это отпугнет злоумышленников, и вашему ребенку не будет страшно одному. Не оставляйте детей одних, если в доме топится печь, включены электронагревательные приборы, работает газовая плита.

Постоянно повторяйте с ребенком правила поведения, устраивайте маленькие экзамены, разбирайте ошибки.

Сами неукоснительно выполняйте правила по безопасности. Будьте примером.

Выучите с ребенком, как его зовут, и как зовут его родителей, а также домашний адрес и телефон.

Уберите все предметы, которыми он может пораниться. Не оставляйте спички, зажигалки в доступном для детей месте!

Не разрешайте детям гулять в темное время суток, далеко от дома!

Не разрешайте им самостоятельно пользоваться газовой плитой, печью, включать электроприборы, в том числе электрическую гирлянду!

Рассказывайте детям о пожаробезопасном поведении; будьте примером во всех ситуациях, связанных с соблюдением правил пожарной безопасности!

Организируйте ребенку интересный досуг!

При обнаружении пожара или признака горения (задымления, повышенной температуры, запаха гари и т.п.) ребенок любого возраста должен немедленно покинуть помещение и сообщить о пожаре взрослым или в пожарную охрану.

Никогда не поручайте детям покупать спички, сигареты, зажигалки. Шалость детей с огнем нередко не только приводит к пожарам, но к трагическим последствиям. На балконе не позволяйте детям запускать петарды.

Напоминаем основные правила безопасности:

ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ ЭЛЕКТРОПРИБОРОВ

1. Не оставляйте включенные электроприборы без присмотра.
2. Электрические нагревательные приборы не ставьте вблизи штор, мебели.
3. Не пользуйтесь неисправными розетками, вилками, выключателями.
4. Не перегружайте электросеть, одновременно включая несколько мощных электроприборов.

ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ ПЕЧНОГО ОТОПЛЕНИЯ

1. Не перекаливайте печь, продолжительность топки не должна превышать 3-х часов.
2. Не используйте для розжига печи горючие жидкости.
3. Не оставляйте топящуюся печь без присмотра.
4. Не допускайте розжиг печей и присмотр за ними детям. Престарелым, больным и лицам, находящимся в состоянии алкогольного опьянения.

Берегите своих детей!

Ребенок дома:

1. Родители должны научить ребенка правильно обращаться с колющими и режущими предметами, а также с электроприборами. В момент обращения с такими предметами ребенок должен находиться под присмотром взрослого.
2. На электророзетки необходимо поставить специальные заглушки.
3. Ребенок должен знать телефоны 01, 02, 03, для возможности использования его в экстренной ситуации.
4. Моющие и дезинфицирующие средства, медицинские препараты (таблетки, градусник), а так же спиртосодержащие и кисло-щелочные растворы (уксус) следует держать в недоступном для детей месте.
5. Опасными предметами в квартире могут быть и окно, зажигалки, спички, плита.

1. Оставляя ребенка дома, родители обязаны научить ребенка не открывать двери посторонним, не разговаривать с людьми, находящимися за дверью, знать номера телефонов службы спасения, родителей и соседей.
2. **НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ ОДНИХ ДОМА!**

Дорогие родители, помните, что Ваш ребенок не всегда может правильно **оценить ситуацию**, поэтому лучше, если он будет выполнять поручения под бдительным контролем с вашей стороны!

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ИДЕМ НА ПРАЗДНИК В ДЕТСКИЙ САД»

Праздник в детском саду – огромное событие для ребенка, особенно если на данное мероприятие приглашены родители. Праздник должен стать для ребенка веселым развлечением, а не показательным выступлением для родителей и воспитателей. Праздник призван помочь детям выразить свои эмоции, побудить интерес к творчеству, обогатить детей новыми впечатлениями, закрепить полученные знания. Дети на утреннике – главные, и праздник создается, в первую очередь, для них. Поэтому наша с вами задача, помочь ребенку почувствовать себя артистом и проявить себя на утреннике с лучшей стороны. Ребенку очень важно чтобы именно его родители смогли увидеть и оценить его старания. Поэтому, чтобы все состоялось именно так, как нам бы хотелось, позвольте напомнить несколько простых правил, от которых зависит успех проведения всего мероприятия и успех конкретно вашего ребенка.

*Если воспитатель дал вам выучить стихотворение с ребенком к празднику, не игнорируйте данную просьбу. Чем лучше будет ваш ребенок знать текст, тем увереннее он будет себя чувствовать.

*Приходите на утренник заранее. Вы сможете спокойно раздеться и переобуться.

*Обязательно приготовьте себе сменную обувь. В детском саду обувь меняют и дети, и взрослые из соображений общей чистоты и личной гигиены.

*Не забудьте заблаговременно принести костюм в детский сад (ожидание опаздывающей мамы с костюмом создает у ребенка ощущение излишней тревожности и напряжения, а также может помешать своевременному началу самого утренника).

*Вы пришли на праздник ради своего малыша, наблюдайте за его реакцией, но не делайте замечаний, позвольте ему получить свой опыт и вести себя так, как он чувствует и воспринимает происходящее вокруг. Если у вашего малыша что-то не получается, или он не в настроении, это не повод, чтобы кричать ему из зала или журить сразу после праздника.

*Не стоит ожидать от ребёнка полной включенности во все игры и танцы, нельзя насильно заставлять его принимать участие в действии, упрекать за стеснительность. Ни в коем случае не сравнивайте с другими детьми.

*Ребёнку особенно нужна поддержка мамы и папы, поэтому принимайте участие в совместных с ребёнком конкурсах (вот здесь вы будете рады, что пришли в сменной обуви, а не в бахилах, которые могут порваться в самый неподходящий момент.)

*Не путайте детский праздник с фотосессией: активное перемещение родителей по залу с фотоаппаратом или камерой создаёт суету и отвлекает детей. Видео и фотосъемки можно производить только из зрительного зала и

бесшумно. С главными героями праздника всегда можно сфотографироваться по его окончании.

*Поддерживайте всех маленьких артистов бурными аплодисментами.

*Не забудьте отключить сотовые телефоны. Звонки ваших мобильных телефонов могут сбить с курса детей.

* Нежелательно брать с собой маленьких детей, а тем более грудных, ведь они могут заплакать в самый неподходящий момент и помешать проведению мероприятия.

*Если у вас есть пожелания, вопросы, просьбы, обращайтесь

к педагогам в корректной форме за разъяснениями. Мы будем очень рады такому конструктивному сотрудничеству.

*Давайте вместе радоваться, веселиться и гордиться достижениями наших детей.

Веселого праздника Вам и Вашему ребенку!

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ "БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД"

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Зима – пора интересных дел, новых впечатлений. Чтобы избежать непредвиденных ситуаций с детьми в зимнее время, убедительно просим Вас позаботиться о безопасности ваших детей.

Помните, что в это время значительно увеличивается риск уличного и бытового травматизма.

Правила безопасной прогулки

- Наденьте ребенку шапку, шарф, варежки и застегните куртку не выходя из дома, чтобы холодный воздух не проник под одежду.
- Если вы вместе с ним на улице, следите за тем, чтобы он не бегал и не толкал других детей, объясните ему, что можно получить травмы.
- Объясните, что при игре в снежки нельзя их бросать в голову.
- Не позволяйте детям строить снежные тоннели, которые могут обвалиться.
- Расскажите ребенку, что нельзя есть снег и грызть сосульки, а также облизывать металлические поверхности.
- Не позволяйте ему прыгать в сугроб, ведь под снегом могут быть разбитые бутылки, камни, мусор.

Безопасность при катании на санках

- Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей. Если санки оснащены ремнями безопасности, то обязательно пристегните ребенка.
- Не разрешайте ребенку прыгать с трамплинов на санках, так как это может привести к травмам.
- Обязательно присматривайте за ребенком, когда он катается на санках. Если при катании ребенка на санках вам необходимо перейти дорогу, его необходимо высадить из санок. Не катайтесь с ребенком вместе на одних санках.

Безопасное катание на горках

- Расскажите ребенку, что на горках нужно вести себя аккуратно и дисциплинированно, соблюдать очередь при спуске.
- Убедитесь в безопасности горки сами, перед катанием внимательно изучите местность. Проследите за тем, чтобы горку не перекрывали деревья, кусты, столбы уличного освещения или заборы.
- Катайте ребенка с маленьких пологих горок.
- Запретите ему кататься с горки стоя.
- Запретите ребенку кататься с горок, которые расположены рядом с дорогой, водоёмом.
- Научите малыша правильно падать: во время падения нужно стараться перевернуться на бок, согнув и поджав колени.

Безопасное катание на «ватрушках»

- Для «ватрушек» нельзя выбирать горки с уклоном больше 20 градусов,
- Нельзя использовать их в местах, где есть трамплины.
- Садиться в «ватрушку» нужно, как на стул - откинуться назад и согнуть ноги в коленях.
- Нельзя прыгать на нее с разбегу, при спуске лежать на ней, катиться друг на дружке и толпой.
- Не надо также связывать «ватрушки» паровозиком: если перевернется одна, то же произойдет и с остальными.
- Перед началом катания нужно убедиться в отсутствии по ходу движения деревьев, камней, заборов и других препятствий.
- Во время спуска нужно следить за тем, чтобы не пересекать маршруты других катающихся.
- Необходимо помнить, что на «ватрушках» нельзя кататься стоя, привязывать их к транспортным средствам, таким как автомобиль, квадроцикл, снегоход.
- Спуск с горы должен иметь пологую площадку для остановки. Особая опасность - спуски, выходящие прямо на проезжую часть.
- **Дети не должны кататься с горок бесконтрольно.**
- **Правила безопасного поведения при гололеде**
 - Подберите ребенку удобную, нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе.
 - Объясните, что необходимо смотреть под ноги, обходить замерзшие лужи, склоны, лестницы.
 - Не позволяйте ребенку торопиться и бежать через проезжую часть, объясните, что машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу.
 - Расскажите, что передвигаться нужно осторожно, наступая на всю подошву.
 - Объясните ребенку, что во избежание падающей сосульки или обледенелой ветки нельзя ходить вблизи зданий и деревьев.
 - Предупредите: если он поскользнется, необходимо присесть, чтобы снизить высоту падения и смягчить удар о землю, сгруппироваться и упасть на бок.

Правила безопасного поведения на льду

- Объясните ребенку, что выходить на лед очень опасно, и расскажите об опасности игр на льду.
- Предупредите его, что нельзя подходить к водоемам и проверять прочность льда ударом ноги.
- Не играйте с ребенком на льду, подавая плохой пример, ведь дети копируют поведение родителей.
- **ПОМНИТЕ**, что учить ребенка катанию на коньках нужно только на специально оборудованных ледовых площадках!

Памятка для родителей и детей - ОСТОРОЖНО, ЛЁД!

- Соблюдайте элементарные правила безопасности на льду, помните, безопасным лед считается при толщине не менее 12 см.
 - Запрещается ходить по льду под мостами, рядом с любыми водными сооружениями, в местах впадения в водоем ручьев и рек.
 - Ни в коем случае нельзя допускать выхода детей на лед.

Правила поведения на льду:

- Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
- Помните, что места для перехода и организованного отдыха специально обозначаются и постоянно контролируются, здесь ведется наблюдение за прочностью льда, а в случае возникновения опасности переход по льду закрывается.
- Безопаснее всего выходить на берег и спускаться в местах, где лед виден и не покрыт снегом.
- При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне, или пользоваться ледовыми переправами. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
- Замерший водоем лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж должны быть расстегнуты, чтобы при необходимости их можно было сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук.
- Если есть рюкзак или ранец, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалился.
- Не выходите на лед в одиночку.
- Если Вы передвигаетесь группой, то двигаться нужно друг за другом, сохраняя интервал не менее 5 - 6 метров, также необходимо быть готовым оказать помощь товарищу.
- Внимательно слушайте и следите за тем, как ведет себя лед.
- Не приближайтесь к тем местам, где растут деревья, кусты, камыши, торчат коряги, где ручьи впадают в реки, происходит сброс теплых вод с промышленных предприятий. Здесь наиболее вероятно провалиться под лед.
- Не следует ходить рядом с трещинами или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами.
- Необходимо быстро покинуть опасное место, если из пробитой лунки начинает бить фонтаном вода.

Консультация для родителей: «Совместная деятельность»

В дошкольном возрасте очень часто родители не находят достаточно времени для совместной деятельности с детьми. Многие думают, что дети сами учатся, находясь рядом со взрослыми. На самом деле это не так.

Детей необходимо учить, и учить не назиданиями и лекциями, а учить в процессе совместной деятельности, показывая малышам как клеить, как резать, как держать кисточку и т.д.

На первом этапе обучения, когда необходимо научить ребенка есть, пить, держать ложку и т.д. родители показывают себя прекрасными воспитателями. И это вполне объяснимо, родители понимают, что если они не научат ребенка самообслуживанию, то нагрузка ляжет на них. Научив ребенка бытовым действиям взрослые, как правило, прекращают развитие, считая его неважным.

Стандартный подход к развитию детей заключается в желании родителей отдать ребенка в группу детского сада, для того чтобы его развивали другие люди, профессионально подготовленные.

Совместное творчество детей и родителей формирует хорошие доверительные отношения между ними, оказывает положительное влияние на развитие ребенка и приучает его сотрудничать. Творческий процесс стимулирует всестороннее развитие ребёнка. Совершенствуются моторные навыки, формируется воображение, раскрывается творческий потенциал. Помимо этого, совместная творческая деятельность – интересное и увлекательное времяпровождение. Совместное творчество восполняет недостаток родительского внимания, ведь родители обычно весь день проводят на работе, оно снимает давление авторитета родителей, позволяет ребёнку выразить себя, ощутить свою значимость. Совместное творчество детей и родителей вызывает массу положительных эмоций и создает в семье особо теплую атмосферу. Дети обожают фантазировать и мастерить.

Если ваш ребенок проявляет творческую инициативу, поощряйте ее. Помогите воплотить его фантазию в жизнь. Самое главное условие Вашего совместного творчества – не нужно заставлять, но и не делать все за него! Организуйте правильно творческий процесс и получайте от него удовольствие!

Дети очень любят выполнять задания совместно с родителями, неважно какие: с мячом, с ножницами, с красками, с нитками, с клеем и т.д. Ведь в совместной деятельности укрепляются дружеские отношения между детьми и родителями, ребенок видит, что родитель доверяет ему, и малыш старается оправдать это доверие. Именно в совместной деятельности закладывается основа уважения к людям, поскольку взрослый демонстрирует уважение к малышу и к его деятельности. Так же, в процессе совместной деятельности детей и родителей формируется умение понимать друг друга без слов, поддерживать друг друга морально и развивать интерес к работе, даже если не получается. Малыш получает уверенность, что все получится, только надо научиться. А взрослые, работая вместе с детьми, имеют

возможность понять проблемы ребенка, его внутренний мир, его восприятие окружающего мира, учат размышлять.

Помните, что поддержка родителей формирует в малыше самостоятельность, отсутствие тревожности. При выполнении нового задания поддержка родителей стимулирует желание детей к активной деятельности. А активная деятельность ребенка способствует формированию мотивации к познанию, к творчеству. Организовывайте совместные занятия с детьми, придумывайте, фантазируйте, конструируйте, рисуйте и т.д. и ваш ребенок вырастет интересной личностью, которой вы будете гордиться.

Всего вам хорошего!

Сон – это здоровье!

«Спать или не спать днем?»- этот вопрос становится главным в каждой семье, где есть 3 -7 -летний ребенок. Днем дети совершенно не желают спать, и многие родители идут у них на поводу. Правильно ли это?

Что такое сон?

Сон – сложное и активное состояние организма. Вот некоторые аспекты физиологии нормального сна, важные для понимания его структуры. Исследование электроэнцефалограммы мозга спящего малыша показали, что даже у младенца движение нервных импульсов по отросткам нейронов мозга идет почти так же активно, как и у взрослого. Чем старше ребенок, тем большую массу информации он получает ежедневно, которую его мозг должен переработать и разложить по «полочкам», подключая память. Мозг малыша работает во сне и наяву, не зная покоя и отдыха, поэтому помимо ночного сна, дневной не только полезен, но и необходим ребенку. Дети, спящие днем, ведут себя активнее, по интеллектуальному уровню они зачастую опережают сверстников, легче запоминают и усваивают новую информацию. Как правило, они выше и крупнее ровесников. И ночью они спят крепче тех, кто отказывается от «тихого часа». Во время сна наш мозг вырабатывает специальный защитный белок, помогающий организму адаптироваться к повышенным нагрузкам, в том числе и экологическим.

Биоритмы дневного сна

Биоритмы сна и бодрствования – главные в нашем организме. По ним природа выверяет все другие – от многолетних циклов до микро ритмов, действующих на уровне клетки и занимающих буквально доли секунды. Освободив ребенка от дневного сна, вы создадите почву для рассогласования биоритмов – десинхроноза. Следствием этого чаще становятся повышенная возбудимость и быстрое утомление ребенка, задержка его нервно-психического и физического развития.

Укладывать ребенка необходимо в одно и то же время, в привычной для него обстановке. Подготовка ко сну должна быть стереотипна. Необходимо помнить, что детям дошкольного возраста нужно определенное время на засыпание. И если ребенок провалялся с книжкой или игрушкой в кровати и не уснул, не спешите отменять дневной сон. Полчаса и даже час – нормальное время для засыпания 3 – летнего малыша. В 4-7 лет это время немного сокращается. Ребенку, который неважно себя чувствует, требуется больше времени, чтобы отойти ко сну. Некоторые дети не желают спать днем, потому что не хотят быть «как маленькие». Лучший способ убедить строптивца послушаться – прилечь вместе с ним в одной комнате. Нет правил без исключений – раз в месяц, если на то есть веские причины, малыш может и не поспать днем. Не стоит отменять долгожданный поход в зоопарк только потому, что это собьет ребенку привычный график. Изредка, отступая от режима, мы тренируем биоритмы. Организму нечастые встряски даже на пользу – что-то вроде исключений, подтверждающих правила.

Сон в жизни человека:

- обеспечивает отдых организма;
- играет важную роль в процессе метаболизма. Во время медленного сна высвобождается гормон роста. Быстрый сон восстанавливает пластичность нейронов и обогащает их кислородом;
- способствует переработке и хранению информации. Сон (особенно медленный) облегчает закрепление изученного материала, быстрый сон реализует подсознательные модели ожидаемых событий;
- обеспечивает приспособление организма к изменению освещенности (день-ночь);
- восстанавливает иммунитет, активизируя Т- лимфоциты, борющиеся с простудными и вирусными заболеваниями.

Рекомендации, способствующие здоровому сну:

- принимать пищу надо не менее чем за 2-4 часа до сна (нужно иметь ввиду, что белковая пища дает заряд бодрости, заряжает энергией, обладает стимулирующим действием; богатая углеводами еда, наоборот, расслабляюще действует на организм, снимает нервное напряжение, стресс и вызывает сонливость);
- нельзя употреблять перед сном напитки, способствующие повышению тонуса (газированные напитки, кофе, крепкий чай);
- следует гулять перед сном на свежем воздухе за 2-3 часа;
- сократить пребывание за компьютером или экраном телевизора перед сном;
- перед сном обязательно проветрить спальню, выключить яркий свет;
- правильно подобранные матрас и подушка сделают сон комфортным, помогут сохранить здоровье на долгие годы.

Нужен ли детям дневной сон?

Результаты исследования показали, что дети в возрасте 4-5 лет, которых родители не укладывали на дневной отдых, проявляли более высокие уровни гиперактивности, тревожности и депрессии, чем дети, продолжавшие спать 1-2 часа в обеденное время. Ученые пришли к выводу, что дневной сон не только отлично замещает возможные недочеты ночного сна, но и важен в качестве передышки для организма энергичного ребенка.

Дневной сон – чудесная возможность восстановить силы и провести остаток дня в хорошем расположении духа. Большое значение для режима ребенка имеют и время, и продолжительность дневного сна. Слишком поздний или долгий дневной сон способен доставить вам хлопоты, когда придется укладывать ребенка вечером.

Часто получается, что посещающие детский сад дошколята в выходные дни отдыхают от режима, а «домашние» и подавно отказываются от дневного сна. Родителям так даже удобнее: не надо тратить времени и сил на бесконечные уговоры и укладывания. Педиатры и детские невропатологи настоятельно рекомендуют детям до 7 лет отдыхать по 1-2 часа днем. Ведь лишь к 7 годам детский организм перестраивается на монофазный (только ночной) сон. Однако, если ребенок старше 7 лет плохо спал ночью, переутомился на занятиях в школе, подхватил простуду или почувствовал

легкое недомогание, надо постараться уложить его днем отдохнуть – так силы восстановятся быстрее.

Дневной сон принципиально важен для каждого, даже отвыкшего от него дошкольника. Во-первых, чтобы быть здоровым. Во-вторых, чтобы ребенок лучше усваивал новые знания. В-третьих, чтобы лучше спать ночью. В-четвертых, чтобы сгладить воздействие на организм ребенка неблагоприятного состояния окружающей среды и прочих издержек городской жизни. Доводов «за» дневной сон вполне достаточно.

Продолжительность и время сна зависят от индивидуальности человека. Каждому из нас присущи свои личностные особенности, черты характера и темперамент. Все эти особенности сказываются на всех сторонах жизни, в том числе и на продолжительность сна и бодрствования. При анализе темперамента детские психологи выделяют три основных типа детей – покладистые, трудные и медлительные.

У покладистого ребенка есть постоянный распорядок сна и бодрствования. Время и продолжительность как дневного, так и ночного сна остаются неизменными изо дня в день. Уложенный в кровать, он постепенно погружается в сон, подолгу и крепко спит.

Трудные дети отличаются склонностью к негативному настроению и замыканию в себе, неупорядоченностью режима, интенсивностью реакций, высоким уровнем активности. Для установления режима таким детям требуется помощь окружающих. Им требуется больше времени, чтобы уснуть, но при наличии внешних стимулов этот переход совершается легче. Однако при этом нужно помнить, что, поскольку ребенок привыкает к подобной помощи, впоследствии ему потребуются больше времени, чтобы научиться засыпать самостоятельно. Трудный ребенок спит на 2 часа меньше ночью и на час – днем. У таких детей отмечается преобладание быстрого сна, в большей степени зависящего от внешних раздражителей. Поэтому у них чаще наблюдаются периоды пробуждения и беспокойства.

У детей с медлительным темпераментом обычно отмечается низкий уровень активности и склонность замыкаться в себе при возникновении непривычной ситуации. Они с трудом адаптируются к новой обстановке и во время адаптации им необходима дополнительная поддержка взрослых (например, в период привыкания к новой кровати). Темперамент достается малышу от природы и не зависит от внимания к нему родителей. Это особенно полезно знать родителям, склонным к стрессам и угрызениям совести по поводу неадекватного, с их точки зрения, поведения ребенка.

Так как привычки в отношении сна формируются быстро, и ребенок может очень скоро привыкнуть спать только в «идеальных» условиях, что значительно усложнит существование семьи и в дальнейшем пребывание его в дошкольном учреждении, незачем ходить на цыпочках, отключать телефон или запрещать старшим детям играть поблизости. Не стоит также сильно затенять комнату, когда малыш спит днем.

Около трети жизни мы проводим во сне, поэтому важно сохранить его естественный природный ритм. И родителям следует помнить, что даже если

дети устали и у них слипаются глаза, они могут упорно этому сопротивляться, боясь пропустить что-нибудь интересное. Прежде чем уложить ребенка спать, уделите ему немного времени и сделайте так, чтобы вам никто не мешал. Это поможет малышу полнее ощутить вашу любовь и заботу. Ваш ребенок с нетерпением ждет момента, когда он сможет провести несколько счастливых минут, получая от вас теплоту и внимание. Для взрослых это тоже будут приятные и радостные минуты, когда можно посекретничать и выразить свои чувства.

Консультация для родителей «Подвижные игры, как условие повышения двигательной активности детей на прогулке. Особенности организации в зимний период»

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

Прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.

В течение года прогулки проводятся ежедневно. Прогулка проводится 2 раза в день общей продолжительностью до 4 часов, при соответствующем санитарным нормам температурном режиме и силе ветра. При несоответствующих погодных условиях прогулка может быть сокращена, либо отменена вообще.

Структура прогулки выглядит следующим образом:

1. Наблюдение;
2. Трудовая деятельность;
3. Подвижные игры
4. Индивидуальная работа;
5. Самостоятельная деятельность детей (игровая и двигательная)
6. Спортивные упражнения;

Игры и развлечения на свежем воздухе особенно полезны. Во время игр на просторе, в природных условиях у детей формируются умения использовать приобретенные двигательные навыки в многообразных жизненных ситуациях. У них развивается ловкость, быстрота, они становятся сильными и выносливыми, приучаются действовать смело, проявляя активность, настойчивость, инициативу и самостоятельность.

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества.

Рекомендуется проводить две - три игры в течение прогулки. После спокойных занятий (рисования, лепка) рекомендуются игры более подвижного характера. Проводить их нужно со всей группой в начале прогулки. После физкультурных и музыкальных занятий рекомендуются игры средней подвижности. Проводить их нужно в середине или конце прогулки.

Хотя решающая роль в руководстве играми принадлежит воспитателю, чрезвычайно важно побуждать детей к самостоятельности и проявлению творческой инициативы при организации и проведении игр.

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. Веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В зимний период целесообразно начинать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом (например, по ограниченной поверхности), метанием (снежков), прыжками. В сырую погоду (особенно весной и осенью) следует организовать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства. В летнюю жаркую погоду проводятся игры с водой.

Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии следует проводить также в теплые весенние, летние дни и ранней осенью.

Активность детей в играх зависит от целого ряда условий: содержания игры, характера и интенсивности движений в ней, от организации и методики ее проведения, а также от подготовленности детей. Одной из задач педагогического руководства подвижными играми является поддержание в них достаточной активности всех детей, постепенное усложнение движений в соответствии с возрастными особенностями детей.

Подвижные игры создают дополнительную возможность общения воспитателя с детьми. Воспитатель рассказывает, объясняет детям содержание игр, их правила. Малыши запоминают новые слова, их значение, приучаются действовать в соответствии с указаниями.

Подвижные игры классифицируются по:

- 1) степени подвижности (игры малой, средней, большой подвижности);
- 2) преобладающим движениям (игры с прыжками, с перебежками и др.);
- 3) предметам, которые используются в игре (игры с мячом, с лентами, с обручами и др.).

В подвижных играх (или играх с правилами) ребенка привлекает игровой процесс, желание выполнять игровые действия, добиваться результата, выигрывать.

В зимнее время особое внимание уделяется зимним спортивным упражнениям. Постройки на территории детского сада способствуют развитию интереса к разным видам движений: ходьбе и бегу по снежному лабиринту, по снежным валам, метанию снежков, спуску с горки и т.п. Однако без правильного педагогического руководства дети не всегда могут реализовать свои возможности и потребности.

Педагогу следует позаботиться о создании дружеской эмоциональной атмосферы, которая располагала бы детей к добровольному участию в играх и упражнениях, к проявлению активности и самостоятельности.

При подборе подвижных игр и развлечений важно учитывать индивидуальные возможности и способности детей.

Младшие дошкольники

Дети младшего дошкольного возраста активны, они много двигаются, ходят, бегают, лазают, выполняют некоторые другие движения, но их опыт двигательной активности еще невелик, а движения недостаточно координированы. Совместные действия в коллективе сверстников, ориентировка в пространстве затруднительны. Малыши еще не владеют целым рядом двигательных навыков, поэтому часто содержание их деятельности однообразно.

Для повышения активности и обогащения движений младших дошкольников большое значение имеет создание необходимых условий, использование различных предметов, игрушек (мячей, шариков, обручей, кубиков, совков и т. п.), побуждающих их к различным двигательным действиям; рекомендуются игры с текстом (подражание действиям воспитателя).

Младший и средний возраст больше всего любит играть с песком. Для этого возраста можно проводить игры с песком. Зимой любимое развлечение малышей - санки, и катание на них надо широко использовать на прогулках. Так же в зимний период чрезвычайно важно, чтобы малыши совместно с воспитателем участвовали в сооружении разнообразных построек и лепке фигур из снега. Для этого необходимы различные предметы: лопатки, совочки, ведерки и т.п.

В средней группе воспитатель уже распределяет роли среди детей (роль водящего выполняет ребенок, который может справиться с этой задачей).

Старшие дошкольники

Дети более самостоятельны и активны, чем младшие дошкольники. Их движения становятся более точными, быстрыми, ловкими, они лучше ориентируются в пространстве, увереннее действуют в коллективе.

Несмотря на достаточный двигательный опыт, самостоятельность и активность, дети старшего дошкольного возраста нуждаются в помощи и руководстве взрослого при организации подвижных игр и развлечений.

В старшей и подготовительной группе проводятся игры-эстафеты, спортивные игры, игры с элементами соревнования, где успех команды зависит от действий коллектива детей в целом.

Во время их проведения надо приучать воспитанников выполнять определенные правила. Дети должны научиться:

1. Начинать и прекращать игры по сигналу воспитателя.
2. Быстро и четко занимать места для начала игры.
3. Играть честно без обмана; если был пойман во время игры, быстро выходить на определенное место.
4. Во время ловли не ударять товарищей, а легко касаться рукой.
5. Не наталкиваться во время бега на других, уметь ловко увертываться, а если кто-то нечаянно толкнул – не обижаться.
6. Не убегать за границы площадки.
7. Не смеяться над тем, кто во время игры поскользнулся, упал, а, наоборот, подбежать и помочь товарищу подняться.

8. Играть дружно, не зазнаваться при победе, но и не унывать после проигрыша.

Заканчиваются подвижные игры ходьбой или игрой малой подвижности, постепенно снижающей физическую нагрузку.

Требования безопасности при организации прогулок на участке детского сада.

Для осуществления задач всестороннего развития детей большое значение имеет озелененный, в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями, спланированный и оборудованный участок.

Перед выходом детей на прогулку воспитатель осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией.

Перед выходом на прогулку работники Учреждения, занятые одеванием детей должны следить, чтобы дети не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева.

Требования к одежде детей: в любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде на данный момент и не должны способствовать перегреванию или переохлаждению детей.

В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны — получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания окружающей их среды. Все это способствует воспитанию личностных качеств в целом.

«Семья и семейные ценности»

Что такое семья?

Семья - основанная на браке или кровном родстве малая группа, члены которой связаны общностью быта, взаимной помощью, моральной и правовой ответственностью.

В теории семейного права семья определяется как круг лиц, связанных личными неимущественными и имущественными правами и обязанностями, вытекающими из брака, родства, усыновления.

Для ребёнка семья - это среда, в которой складываются условия его физического, психического, эмоционального и интеллектуального развития.

Для взрослого человека семья является источником удовлетворения ряда его потребностей и малым коллективом, предъявляющим к нему разнообразные и достаточно сложные требования. На стадиях жизненного цикла человека последовательно меняются его функции и статус в семье.

Семья... На чем же должна строиться семья? Может быть, на доверии и любви? А может, на взаимоуважении и взаимопонимании? Конечно же, все это составляющие крепкого фундамента для семьи, словом семейные ценности. То есть семейные ценности - это то, что нельзя купить ни за какие деньги, получить по наследству или украсть. Семейные ценности можно обрести и пронести их через всю жизнь всем вместе. Конечно, в рамках одной статьи рассказать обо всех этапах становления семьи сложно. Поэтому поговорим о том, каким образом можно привнести семейные ценности, такие, например, как семейные традиции.

О семейных традициях

Действительное стремление к семейному счастью и семейному благополучию находит выражение в создании семейных традиций. Когда-то традиции были обязательной особенностью «объединенной» семьи, отражали нравственную позицию ее членов. Раннее приобщение детей к обсуждению всех вопросов семейной жизни - давняя хорошая традиция.

Семейные традиции - это духовная атмосфера дома, которую составляют распорядок дня, обычаи, уклад жизни и привычки его обитателей. Так, одни семьи предпочитают рано подниматься, завтракать на скорую руку, уходить на работу и встречаться вечером без расспросов и разговоров. В других семьях приняты совместные трапезы, обсуждение планов, появляется повышенное внимание к проблемам друг друга.

В каждом доме, за время его существования складывается свой ритуал. Дом привыкает к своим жильцам, начинает жить в их ритме. Его энергетическая структура несколько изменяется под влиянием традиций. Ведь, по большому счету, традиции - это не только семейный уклад, но и отношения, которые складываются между членами семьи. Эти-то отношения и улавливает дом. Если семья фиксирует традиции для самих себя как обязательные, то они могут сослужить неплохую службу. Часто следование традициям помогает нам жить. И какими бы странными они не казались, важно одно: семейные традиции и ритуалы не должны быть громоздкими и надуманными. Пусть они входят в жизнь естественно.

Крайне сложно формировать семейную традицию, если дети выросли и уже сформировали общее отношение к семье. Другое дело, молодые семьи, где родители вольны показать ребенку всю красоту мира, окутать его любовью и сформировать надежную жизненную позицию на протяжении всей жизни.

Маленький ребенок воспринимает мир глазами взрослых – его родителей. Папа и мама формируют детскую картину мира с самой первой встречи со своим малышом. Сначала они выстраивают для него мир прикосновений, звуков и зрительных образов, затем – учат первым словам, затем – передают свое ко всему этому отношение.

То, как ребенок впоследствии отнесется к себе, окружающим и жизни в целом – целиком и полностью зависит от родителей. Жизнь может представляться ему бесконечным праздником или увлекательным путешествием, а может видеться, как пугающая вылазка по диким местам или – как скучный, неблагодарный и тяжелый труд, ожидающий каждого сразу за школьными воротами.

Если большинство привычных семейных ритуалов несут не ограничения, а лишь радость и удовольствие, это укрепляет в детях чувство целостности семьи, ощущение неповторимости собственного дома и уверенность в будущем. Тот заряд внутреннего тепла и оптимизма, который несет в себе каждый из нас, приобретается в детстве, и чем он больше, тем лучше. Конечно, характер ребенка формируется не в один день, но можно сказать с уверенностью: чем больше детство было похоже на праздник, и чем больше в нем радости, тем счастливее человек будет в дальнейшем.

Начните с малого - чтение на ночь. Даже если ваш ребенок еще слишком маленький, чтобы понимать то, что вы ему говорите, только звук вашего голоса будет для малыша необыкновенно полезен. Каждая книга должна учить ребенка, воспитывать его.

Если нужно, Вы можете самостоятельно сочинять вечерние сказки. Во-первых, это не займет у вас много времени (*20-30 минут в день*), так как сказка не должна быть длинной, чтобы ребенок не утомился. Во-вторых, вы сможете сами учить его тому, что вы считаете хорошим.

Семейные традиции и ритуалы:

- позволяют малышу ощущать стабильность жизненного уклада: "при любой погоде";
- в вашей семье состоится то, что заведено;
- дают ему чувство уверенности в окружающем мире и защищенности;
- настраивают кроху на оптимизм и позитивное восприятие жизни, когда каждый день – праздник";
- создают неповторимые детские воспоминания, о которых малыш будет когда-нибудь рассказывать своим детям;
- позволяют ощутить гордость за себя и свою семью.

- Вам вполне по силам создать несколько семейных традиций, которых, возможно, будут придерживаться дети и внуки! Не забудьте только три главных правила:

- повторяющееся событие должно быть для малыша ярким, позитивным, запоминающимся;
- традиция на то и традиция, чтобы соблюдаться всегда;
- можете задействовать запахи, звуки, зрительные образы,

– Главное, чтобы в этом традиционном действии было что-то, влияющее на чувства и восприятие ребенка. Какими же могут быть семейные праздники и ритуалы? Вместо привычных "привет-пока" дружная семейка может договориться приветствовать друг друга особым "кодовым" словом, понятным только "своим"! Например: «Здорово, богатырь!» или «Привет, принцесса!» Забавно, если, здороваясь, кто-то произносит первую половину слова, а его собеседник – вторую. Можно придумать и специальные формы прощания – вроде забавных пожеланий или советов друг другу на весь день. Большой простор для создания семейных традиций таят в себе кухня и кулинарные таланты кого-нибудь из членов семьи. Прекрасно, если по выходным все собираются на семейный обед или ужин. Главное, чтобы это не было унылым поеданием деликатесов, а запомнилось звоном бокалов, аппетитным запахом вкусных блюд и улыбками домочадцев. Будет еще интереснее, если ты дашь малышу возможность освоить свое "коронное блюдо", которое и займет почетное место на столе. Или предложишь ему каждое воскресенье вместе учиться чему-нибудь новенькому. Кухонные эксперименты хороши для крохи тем, что результат всегда нагляден, ощутим, и... очень вкусно пахнет! Можете организовать и праздники "национальной" кухни – одной или самых разных! Так малыш сможет и узнать много нового об окружающем мире, и освоить экзотические премудрости поведения за столом, – например, как держать палочки или... пить из блюдца. Вот еще несколько идей для прочных кулинарных традиций: разнообразные заготовки "на зиму", уникальный способ приготовления чая или кофе или традиционный выезд на пикник впервые выходные лета. Может быть, Вы удивитесь, но самая лучшая традиция, связанная с днем рождения ребенка, это... действительно отмечать этот день как самый лучший праздник! Многие взрослые с грустью вспоминают, что в их семье "было не принято отмечать дни рождения". Пусть Ваш малыш никогда не произнесет эту печальную фразу!

День рождения как шумный веселый праздник именно с теми гостями, которых хочет пригласить сам виновник торжества, – лучший подарок. Пусть кроха с детства чувствует свою значимость для близких, учится принимать гостей и... конечно, привыкает к традиции непременно отмечать дни рождения! А для взрослых этот праздник – повод пофантазировать на тему особенных ритуалов. Во многих семьях принято отмечать рост ребенка на специальной линейке. Можно каждый год обводить ручку и ножку малыша или создать галерею фотографий. Словом, делать нечто, что поможет ему,

потом вспомнить свое детство. Вместе с ребенком можно заняться составлением генеалогического древа или начать собирать какую-нибудь коллекцию, простор для фантазии безграничен! Главное – почувствовать, что это действительно "ваше" и приносит радость всем членам семьи. Отличный вариант - ежегодная поездка всей семьей к морю или за город на пикник. Во время таких поездок семья еще больше сближается, улаживая внутренние конфликты.

Воскресные совместные просмотры фильмов не в кинотеатре, а именно дома. Помните, как раньше, когда не было компьютеров и планшетов вся семья собиралась у телевизора и смотрела фильм, обсуждая героев, делясь впечатлениями от увиденного. Это очень объединяет. Независимо от того, стараетесь ли вы сохранить старые домашние традиции, которые дороги вам или вашему мужу, или – пытаетесь придумать и привить семье нечто новое, помните, что детство формирует ребенка на всю жизнь. И главное в детстве – чтобы оно у ребенка было. Старайтесь знать меру: чрезмерно строгие правила, по которым живет семья, не оставляющие детям никакой «свободы маневра», перенапрягают детскую психику. Отсутствие же устойчивого домашнего уклада и предсказуемых домашних ритуалов, успокаивающих малыша своей неременной обязательностью, - передают ребенку ощущение незащищенности дома и шаткости вселенной.

Да будет уютно и светло в Вашем доме!

ВОСПИТАНИЕ ЛЮБВИ И УВАЖЕНИЯ К МАТЕРИ

Научить ребенка с уважением относиться к близким – матери, отцу, бабушке, дедушке – значит заложить в нем зерно человечности, чувства долга, умение жить среди людей. Ведь трудно себе представить, что плохой сын, став взрослым, может быть чутким отцом, верным другом, хорошим семьянином, преданным гражданином своей Родины.

Подготовить растущего человека к будущей жизни, вырастить в нем настоящего гражданина с присущими ему качествами нового человека, умеющего руководствоваться высокими идеалами в отношениях с близкими и окружающими людьми – задача высокая и гуманная.

Воспитание уважения и чуткого отношения к матери, выражающихся в поведении и поступках малыша – умении охранять ее покой, оказывать ей помощь, проявлять заботу о ней, в уважении к ее труду. Важно чтобы чувство любви и привязанности к матери выражалось у ребенка не только на словах, но и на делах. Эта задача большого социального значения.

Высоко ценил воспитывающее влияние личности матери на развивающегося ребенка замечательный педагог В.А.Сухомлинский. Он говорил: «От матери человек берет все прекрасное и самое чистое». Настоящим гражданином становится только тот человек, который в годы детства и отрочества овладел высоким искусством человечности.

Почему случается, что дети вдруг перестают слушать мать, дерзить, командовать ею? Почему между самыми близкими людьми теряется нить понимания?

С воспитанием у ребенка любви, заботливости, уважения, чуткости, внимания к близким начинается его мироощущение в обществе людей, оказывающее огромное влияние на его чувственную сферу, поведение, отношение к окружающим.

«Не хочу – но надо» – эта истина усваивается благодаря приобщению растущего человека к общественным делам. Так начинается рождение чувства долга к самому близкому человеку – маме.

Требовательность к ребенку в семье способствует развитию в нем заботы и внимания к близким. В семье все делят поровну, никогда не выделяя ребенка. Поступая так, они учат его заботиться о родных.

В рассказах детей, как в зеркале, отражается все, чем дышит семья, какое место в ней занимает ребенок. К сожалению, встречается и такое, когда ребенка отстраняют от общественных дел, он в центре внимания, первый кусок – маленькому.

Мать и отец тешат себя нехитрой «философией»: «Еще совсем мал, пусть растет в радости!». Так помимо своего желания они растят эгоиста.

У ребенка должны быть определенные трудовые и моральные обязанности перед близкими, в нем необходимо формировать разумные потребности, умение считаться с материальными возможностями семьи,

уважать покой старших и их интересы, выполнять распоряжения, правильно реагировать на родительское слово.

Недопустимо, чтобы ребенок командовал матерью, ощущая себя центром ее забот и внимания.

Известно, что отношения взрослых – пример для маленьких.

К сожалению, встречается еще в отдельных случаях эгоистическое, пренебрежительное отношение мужа к жене, что отрицательно влияет на воспитание детей.

Уважая труд матери, дети должны проявлять посильную помощь ей.

Знакомство с трудом близких помогает детям глубже осмыслить: мама на работе делает большое важное дело, ее уважают за хорошую работу. Бывает, что родители не считают нужным рассказывать детям о своей работе. («Мал еще, что он понимает»), но это не так. Работа каждого человека составляет существенную часть его духовной жизни, и ребенка надо вводить в курс дел взрослых. И тогда дети начинают смотреть на взрослых членов семьи, как на людей авторитетных.

В воспитании у ребенка уважения и любви к матери большую роль играет отношение между родителями и ребенком на разумной требовательности к нему.

Консультация для родителей

«Кризис трёх лет»

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

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

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

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

Еще вчера малыш был нежным и послушным, но так быстро превратился в маленького капризулю, с которым просто невозможно договориться. Маленький тиран начинает упрямиться и совершенно не воспринимает те вещи, которые еще вчера не были проблемными.

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

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

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

В него входят 7 основных симптомов этого возраста.

1.Негативизм — это отрицательная реакция, связанная с отношением одного человека к другому человеку. Ребёнок не делает что-то только потому, что это предложил ему определённый взрослый человек.

Негативизм избирателен: ребёнок игнорирует требования одного члена семьи или одной воспитательницы, а с другими достаточно послушен. Главный мотив действия — сделать наоборот, то есть прямо противоположное тому, что ему сказали. Ребенок отказывается делать то, что мы его просим, не потому, что ему не хочется, а только потому, что его попросили об этом.

Если взрослый использует авторитарную модель взаимодействия в общении с ребенком, он может провоцировать приступы негативизма всякий раз, когда отдает строгий приказ, например: «Не трогай!», «Ешь быстро!» и др. В сложных ситуациях, при резком проявлении негативизма ребенком, взаимодействие с ним может дойти до абсурда: на любое высказывание взрослого ребенок отвечает наперекор: «Это холодное» — «Нет, горячее», «Иди домой» — «Не пойду» и т. д. Причем ребенок отвечает отказом на просьбу, требование взрослого даже в том случае, если минуту назад он сам страстно желал именно это сделать. Негативизм отличается от непослушания (когда ребенок не следует указаниям взрослого потому, что занят другим делом, более интересующим его в данный момент. Он противится содержанию просьбы): - социальным отношением. Негативизм носит социальный характер, он адресован человеку, а непослушание — содержанию. Если ребенку предложили на выбор другое занятие, более интересное для него, чем то, которое у него есть в данный момент, и он согласился, то речь идет не о негативизме, а о непослушании; - отношением к аффекту.

При негативизме ребенок поступает наперекор своему желанию. При непослушании же он следует своему желанию, которое идет вразрез с желанием взрослого.

2. Упрямство — это реакция ребёнка, который настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он этого потребовал у взрослого, и отказаться от собственного решения даже при изменившихся обстоятельствах ребёнок не может. Например, ребенка, когда он уже проснулся, мама просит встать с постели. Ребенок в течение долгого времени не соглашается встать, хотя ему уже давно надоело лежать в постели и хочется поиграть с игрушками. Однако он заявляет: «Сказал — не встану, значит, не встану!» Зачастую родители, встав на позицию «кто — кого», тем самым усугубляют, закрепляют проявления упрямства и загоняют ребенка «в угол», лишая возможности выйти с достоинством из возникшей конфликтной ситуации.

Л. С. Выготский отмечает, что упрямство отличается от простого непослушания:

- мотивом (если ребенок продолжает настаивать и не соглашается со взрослым, когда он хочет продолжать делать что-то свое, это будет не упрямство, а непослушание. Если же он противоречит только потому, что не хочет отступить от своего слова, это будет упрямство);

- отношением к себе (ребенок делает наперекор другим потому, что это он так сказал, и это он не хочет менять своих решений).

3. Строптивость — направлена в целом против норм воспитания, системы отношений, образа жизни в семье, а не против конкретного взрослого. Строптивость отличается от негативизма тем, что она безлична, а не направлена против человека. Строптивость направлена против самого образа

жизни, против тех правил, которые были в его жизни до 3 лет. Это «скрытый бунт против того, с чем ребенок имел дело раньше» (Выготский Л. С, 2000, с. 986). Кроме того, Л. С. Выготский (2000) заостряет внимание на том, что при авторитарном воспитании строптивость является одной из главных черт кризиса 3 лет.

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

5. Протест-бунт - проявляется в частых конфликтах с **родителями**. Ребёнку важно, чтобы окружающие люди всерьёз относились к его самостоятельности. Если ребёнок не чувствует, что с ним считаются, что уважают его мнение и желания - он начинает протестовать. Он бунтует против прежних рамок, против прежних отношений.

6. Обесценивание - в глазах ребёнка обесценивается все то, что было для него привычно, интересно, дорого раньше, обесцениваются старые привязанности ребёнка к вещам, к людям, к правилам поведения. Симптом обесценивания может проявляться в том, что ребёнок начинает ругаться, дразнить и обзывать **родителей**, ломать любимые игрушки. Иногда дети обзывают любимых бабушек, мам грубыми словами. Кроме того, для трехлетнего ребенка могут вдруг потерять ценность еще совсем недавно обожаемые им игрушки, книги, и тогда он может бросать их, рвать, давать им негативные названия.

7. Деспотизм - ребёнок проявляет деспотическую власть по отношению к близким людям, заставляет **родителей делать все**, что он требует. Деспотизм чаще всего проявляется в семье с единственным ребенком. Он изо всех сил пытается проявить власть над окружающими, ему хочется добиться того положения, которое было в раннем детстве, когда исполнялись все его желания. По словам Выготского (2000, с. 987), ребенок хочет стать «господином положения». Если в семье несколько детей, этот симптом можно назвать ревностью. Ребенок все так же стремится к власти и потому проявляет ревность к братьям или сестрам, с которыми он вынужден делить власть.

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

- детский темперамент (*у холериков признаки проявляются ярче*);
- стиль **родительского воспитания** (авторитарность **родителей** обостряет проявления детского негативизма);
- особенности взаимоотношений матери и ребёнка (*чем ближе отношения, тем проще преодолеть отрицательные моменты*).

Главная задача родителей – помочь ребёнку мягко (насколько это возможно) пройти этот возрастной этап.

Следствием проявления перечисленных симптомов кризиса трех лет могут стать внутренние и внешние конфликты, невротические проявления (энурез, ночные страхи, заикание и др.).

Кризис трех лет — это прежде всего «кризис социальных отношений ребенка, он происходит по оси перестройки социальных взаимоотношений личности — ребенка и окружающих людей» (там же, с. 989). Следует отметить, что кризис трех лет протекает остро только в том случае, если взрослые не замечают или не хотят замечать у ребенка тенденцию к самостоятельности, когда они стремятся во что бы то ни стало сохранить прежний тип взаимоотношений, устраивающий их, взрослых, когда они сдерживают самостоятельность и активность ребенка (Эльконин Д. Б., 1995).

Если же взрослые реагируют на изменения, происходящие в ребенке, если они заменяют авторитарный стиль взаимодействия с ребенком, гиперопеку на партнерское общение с ним, предоставляют ему самостоятельность (в разумных пределах), конфликтов между ними и трудностей общения может и не возникнуть или они будут иметь временный, преходящий характер.

БОРЬБА С ИСТЕРИКАМИ:

Третий год жизни ребёнка – время для появления либо усиления истерических реакций. Нарастает их интенсивность кризис трёх лет, поэтому советы родителям по борьбе и предупреждению истерик придутся как нельзя кстати.

Чтобы предупредить эмоциональную вспышку, необходимо заранее договариваться с ребёнком. Например, до посещения магазина игрушек договоритесь, что именно будете приобретать. Конечно, это не поможет в 100% случаях, однако вероятность истерики существенно снизится.

В разгар аффекта не следует что-либо объяснять ребёнку. Подождите, когда он придёт в себя, а уже затем обсудите, почему его поведение (но не он) кажется вам плохим и недостойным. Обязательно рассказывайте малышу о своих чувствах, пусть даже негативных.

В случае публичной истерики необходимо лишить ребёнка «зрителей». Для этого нужно или отвести его в менее людное место, или попытаться отвлечь внимание пролетающей птичкой или пробегающей собачкой.

Ну а поскольку ведущий вид деятельности для трёхлеток игра, все ситуации, приводящий к истерикам, следует проигрывать. «Делайте покупки» вместе с куклами, «кормите» игрушек, разыграйте поход в поликлинику и т.д.

Истерики у ребёнка 3 лет возникают достаточно часто. Рекомендации психолога позволят разобраться, каковы основные причины столь эмоционального поведения, как предупреждать истерики и каким образом можно снизить силу этих реакций.

Рекомендации психолога для родителей трехлеток

1. Играйте словами. Когда малыш не хочет надевать штаны, спросите: «*Не хочешь надевать синие или черные?*» Отказывается купаться?

Тогда поинтересуйтесь: «*Не будем купаться с утенком или с не возьмем с собой дельфина?*»

2. Проявляйте креатив. В ситуации, когда малыш норовит сделать то, что не по силам, выдумывайте. Дочка «*помогает*» мыть посуду?

Заведите будильник: что успеет вымыть до сигнала — ее, а дальше — ваше.

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

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

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

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

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

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

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

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