

Живя в семье в определённых, сравнительно устойчивых условиях, ребёнок постепенно приспосабливается к условиям окружающей среды. Между организмом и этой средой устанавливаются правильные взаимоотношения, происходит адаптация организма к окружающим влияниям. Организм ребёнка постепенно приспосабливается к определённой температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Под влиянием систематических воздействий со стороны окружающих ребёнка взрослых, у него образуются различные привычки: он привыкает к режиму, способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.

В случае, если установленный в семье порядок почему-либо изменяется, обычно поведение ребёнка временно нарушается. Эти нарушения уравновешенного поведения объясняются тем, что малышу трудно приспособиться к возникшим изменениям, у него не могут быстро затормозиться старые связи, а вместо них также сформироваться новые. Недостаточно развиты у ребёнка адаптационные механизмы, в частности слабые тормозные процессы и относительно мала подвижность нервных процессов. Однако, мозг ребёнка очень пластичен, и если эти изменения условий жизни происходят не так часто и не очень резко нарушают привычный образ жизни, то у ребёнка, при правильном воспитательном подходе быстро восстанавливается уравновешенное поведение и не остаётся каких-либо отрицательных последствий, т.е. ребёнок адаптируется к новым условиям своей жизни. Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении показывает, что этот процесс приспособления, т.е. адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных,

но серьёзных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:

- Нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)
- Нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый)
- Меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются) Иногда можно отметить и более глубокие расстройства:
 - Повышение температуры тела
 - Изменения характера стула
 - Нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.)



Длительность привыкания к новым социальным условиям, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, отказываются есть, спать. На каждое предложение взрослого отвечают бурным протестом. Но уже на второй день с интересом следят за игрой детей. Хорошо едят и спокойно лежатся спать, другие, наоборот. В первый день внешне спокойны. Несколько заторможены. Без возражений выполняют

требования воспитателей, а на второй день с плачем расстаются с матерью, плохо едят в последующие дни, не принимают участия в игре, и начинают хорошо себя чувствовать только через 6-8 дней или даже позже. По всем этим признакам выделяются определённые группы, к которым принадлежит ребёнок по характеру поведения при поступлении в детское учреждение. В зависимости от того, к какой адаптационной группе принадлежит ребёнок, будет строиться работа с ним. Очень часто встречаются ситуации, когда ребёнка нельзя однозначно определить в ту или иную адаптационную группу. Т.е. модель его поведения находится на «стыке» двух групп, т.е. является пограничной. Своеобразный переход из одной адаптационной группы в другую показывает динамику развития процесса привыкания ребёнка к условиям детского учреждения.

Что должны знать и уметь родители:

1. Чем чаще ребёнок будет общаться со взрослыми, детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке, около дома т.е. в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретённые умения и навыки в обстановку детского сада.
2. Неформальное посещение детского сада. То есть прогулки по территории и сопроводительный рассказ о садике, причём рассказ должен быть очень красочный и, несомненно, позитивный. Старайтесь в своём рассказе показать ребёнку, как весело и хорошо другим детям в детском саду.
3. Так как каждый поступивший ребёнок требует к себе внимательного индивидуального подхода, то принимать детей следует постепенно, по 2-3 человека, с небольшими перерывами (2-3 дня).

4. В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3 часов.
5. Для первых посещений рекомендуются часы, отведённые для прогулок, игр. Это позволяет быстрее определить группу поведения ребёнка, наметить правильный подход и снять эмоциональное напряжение от первых контактов.
6. Установление эмоционального контакта ребёнка и воспитателя должно осуществляться в привычной обстановке в присутствии близкого человека. В первый день кратковременное знакомство с воспитателем, направленное на формирование интереса к детскому саду, на установление контакта между ребёнком и воспитателем в новой ситуации.
7. Очень полезны экскурсии по группе, в которых участвует воспитатель, родители и ребёнок.
8. Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском саду.

При лёгкой адаптации поведение детей раннего возраста нормализуется в течение месяца, у дошкольников—за 10-15 дней. Отмечается незначительное снижение аппетита: в течение 10 дней объём съедаемой ребёнком пищи достигает возрастной нормы, сон налаживается в течение 20-30 дней (иногда и раньше). Взаимоотношения со взрослыми почти не нарушаются, двигательная активность не снижается.



**г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru**

**Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»**



Консультация для родителей

АДАПТАЦИЯ



В осенне-зимний период резко возрастает заболеваемость детей, особенно аллергическими и простудными заболеваниями, гриппом и т.п. Это связано не только с вирусными эпидемиями, распространенными зимой, но и с неблагоприятными экологическими условиями, резко снижающими иммунитет ребенка.

Эффективное средство для профилактики болезней - общеукрепляющие физические упражнения и оздоровительные комплексы, рекомендуемые специалистами (Л.Т.Садовничей, С.Н.Денегой).

Процедуры закаливания следует проводить ежедневно утром после сна и ночью перед сном.



Способы выполнения:

1. Налейте в таз или ведро (душ не использовать) холодную воду с температурой не выше $+12^{\circ}\text{C}$ и одномоментно вылейте на ступни ребенка, стоящего в ванне. Отверстие для стока воды должно оставаться открытым. Попросите ребенка потопать ножками, пока стекает вода. Вытрите ему ноги, не растирая их, а промокая полотенцем.

2. Через 2 месяца дополните только вечернее закаливание ходьбой в воде по щиколотку (лодыжку). Когда первая порция воды, которой вы омывали ребенку ноги, стечет, вылейте в ванну из подготовленной емкости холодную воду, но не на ноги.

В первый день продолжительность ходьбы — 1 мин. Через 7 дней постепенно продлевайте процедуру, добавляя ежедневно по 1 мин и доведя ее до 5 мин.

Если малыш «набегался» в воде и просит вытереть ножки, немедленно выполните его просьбу. Лучше проводить закаливание в течение 1 мин в хорошем настроении ребенка, чем 5 мин с капризами. Длительность процедуры — не более 5 мин.



Описанная методика — хорошая подготовка для тех, кто желает продолжить закаливание, доведя его до обливания всего тела холодной водой. Но если ребенок ослаблен и такая процедура вызывает опасение, используйте *другой вариант закаливания*.

3. Постелите в ванне полотенце, смоченное холодной водой (температура не выше $+12^{\circ}\text{C}$). Попросите ребенка потопать ножками (не стоять!) на нем в течение 1 мин (утром и на ночь). Вытрите ему ноги, не растирая, а промокая полотенцем.

4. Постепенно, убедившись в безопасности подобного метода закаливания, переходите к обливанию стоп водой.



Известно, что кратковременное (не более 3 мин) тренирующее воздействие невысоких ($1-5^{\circ}\text{C}$) температур стимулирует согревание организма человека, т.е. выработку внутреннего тепла. Одномоментное обливание низкотемпературной водой абсолютно безопасно и десятилетиями проводится во многих детских учреждениях и санаториях.

Легкая стимуляция холодом поверхности стоп, на которых имеются рефлексогенные проекции всех органов тела, повышает защитные силы организма.

Вдохновляйте малыша собственным примером, объясните ему пользу закаливания, играйте с ним, поддерживайте в нем хорошее настроение.

Ни в коем случае не нагревайте воду. Иначе не произойдет тонизирующего воздействия на активные точки стоп.

Помните:

- Закаливание также нормализует психоэмоциональное состояние ребенка, улучшает память и внимание, регулирует деятельность сердечно-сосудистой и эндокринной систем.
- По возможности не прекращайте закаливающих процедур, так как их отсутствие даже в течение 5 дней сводит на нет все предыдущие усилия. При необходимости (в случае заболевания малыша) вы можете хотя бы протирать стопы ребенка холодным полотенцем.

*Помогите своему ребенку,
не выпускайте его беззащитным
в агрессивные условия внешней среды.*



**г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru**

**Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»**



Консультация для родителей

**Закаливание –
первый шаг
на пути к здоровью**



Адаптация - от лат. «приспосаблию» - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.



Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальный период адаптации, который может затянуться и перейти в дезадаптацию, что приведет к нарушению здоровья, поведения, психики ребенка.

Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Процесс привыкания ребенка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма.

Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение.



Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

1. возраст
2. состояние здоровья
3. уровень развития
4. умение общаться со взрослыми и сверстниками
5. сформированность предметной и игровой деятельности
6. приближенность домашнего режима к режиму детского сада



Причины тяжелой адаптации к условиям ДОО

1. отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада
2. наличие у ребенка своеобразных привычек
3. неумение занять себя игрушкой
4. несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков
- отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ»

Ваш малыш пришел в детский сад. Для него началась новая жизнь. Чтобы ребенок вступил в нее радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить несколько рекомендаций.

- Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.
- Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении.
- Будьте терпеливы.
- Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения с взрослыми.
- Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.
- Если вы увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
- Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые, понятные объяснения.

- Спрашивайте у ребенка: «Что ты делаешь?» На вопрос: «Почему ты это делаешь?» он ответит, когда подрастет.
- Каждый день читайте малышу.
- Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления.
- Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...
- Поощряйте любопытство.
- Не скупитесь на похвалу.

Радуйтесь вашему малышу!



Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461

«Маячок»



Консультация для родителей

**Адаптация ребенка
к детскому саду**



В воспитании детей очень важно использовать элементы устного народного творчества. Основная цель - показать детям красоту русского языка, за которым стоит высокая культура великого народа.

С помощью фольклора достаточно легко можно установить контакт с ребенком любого дошкольного возраста.

Сказки, песни, загадки, поговорки, считалки являются незаменимым средством пробуждения познавательной активности, самостоятельности и яркой индивидуальности. Ласковые уговорки прибаутки, потешки вызывают радость у детей. Именно через элементы фольклора мы доносим до ребенка свою нежность, заботу, любовь, веру в него.

Особенно важно обращение к фольклору в первые дни появления ребенка в детском саду. Именно этот метод способствует скорейшей адаптации ребенка. Дети в первые дни посещения детского сада скучают по дому, неохотно общаются с другими ребятами и «взрослыми, плохо кушают и много плачут. Здесь будут полезны уговорушки.



СЛУЧИТСЯ ЛИ ТАКОЕ!

Случится ли такое!
Глазам своим не верю:
Бегут две горьких речки
И будят весь наш дом!
А впрочем, вот послушай:
Однажды в Горькой речке
Козленок искупался
И стал соленым!
И горьким стал таким
Что до сих пор козленка,
Который искупался
Однажды в Горькой речке,
Нельзя поцеловать.

ЛЕВУШКА

Левушка? Не Левушка...
Ревушка? Не ревушка...
Так откуда «Уу-уу!!»
Раздается - не пойму.
Нету ревушек у нас,

Кто ж тут плачет целый час?
Чей тут мокрый кулачок?
Ой, размокнет мужичок.
Не размокнет, чики-чок!
Посмотрите в кулачок
Лева слезки прячет –
Больше он не плачет!

АБРИ- ФИНН, МОКРЫЙ НОС!

Абри - финн, абри - кос!
Едут слезы без колес!
Едут, катятся, ка-тят-ся!
Капают на платице!
Плачут щечки, плачет нос:
«Нам не дали Аа-бри-кооос!
Ну подумашь - не дали
Абри - финн, абри-кос!
Но зато - по-це-ло-вали
В самый мокрый в мире нос!
Чмоок!!!





ГДЕ ТЫ ДЕДУШКА МОЛЧОК?

Чики-чики, чики-чок,
Где ты, дедушка молчок?
Заходи к нам, посидим, Помолчим...
Слышишь, добрый старичок?
Тишина! Пришел Молчок!
Не спугни его. Смотри, Ничего не говори.

БЫЛ У КОШКИ ДЕНЬ РОЖДЕНЬЯ

Представляешь? В воскресенье
Был у Кошки день рожденья!
Кошка хвостиком играла -
Веселилась, хохотала!
Мячик по полу катала -
Веселилась, хохотала!
И по мне скакала -
Веселилась хохотала!
А потом устала Кошка,
И поплакала немножко: мяу!

ГОРОШИНКИ - НЕПРОШЕНКИ

Го-ро-шинки - Не-про-шенки,
Откуда вы взялись?
Трамваем или поездом
До Насти добрались? Не-е-ет,
Портить настроение,
Никто Вас не просил!
А может мы не плакали,
А дождик моросил?

ХНЫЧУ-ПЛАЧУ

А у нашего Петра
Настроенья нет с ура!
Хнычу - плачу, хнычу - плачу,
Не помогут доктора!
Ну, а если доктор Дынька?
Доктор Персик? Виноград?
Пусть приходят, прилетают!
И домой, и в детский сад!

г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru

Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»



Консультация для родителей

Уговорушки



Очень многое зависит от того, как организованы выходные, насколько учитываются возрастные особенности ребенка и его потребности.

Утром малыш просыпается, как правило, раньше родителей (многие дети 2-3 лет продолжают по младенческой привычке просыпаться очень рано - иногда в 5-6 часов утра). От того, с каким настроением начинается день, зависит и то, каким он будет. Поэтому встретьте проснувшегося малыша улыбкой, приласкайте его, вместе порадитесь заглянувшему в окно солнышку, поговорите на доступные темы, попросите «помочь» застелить постель (например, поддержать подушку, разгладить покрывало), а потом предложите разбудить игрушки - это и ребенка займет, и вам даст свободную минуту.

Соблюдение режима дня для детей необходимо. Все мероприятия следует планировать с учетом этого режима. Поэтому, если обычно в детском саду ребенок гуляет после завтрака около двух часов, то и в выходной день это время он тоже должен провести на свежем воздухе. Сходите с ним в парк, прогуляйтесь по знакомым улицам, задержитесь на детской площадке во дворе. Часто родители хотят посетить с ребенком зоопарк, парк аттракционов или съездить в далеко расположенную зону отдыха.



Это уже можно сделать, но очень важно правильно рассчитать время и соразмерить объем новых впечатлений с возможностями маленького ребенка. Главное правило: любые развлечения, связанные с поездками и пребыванием в незнакомой обстановке, возможны только в первый выходной день, чтобы в течение следующего дня малыш успел успокоиться и войти в прежний ритм жизни. Не стоит водить детей раннего возраста на елки, спектакли, утренники, в театры и цирк. Такие представления рассчитаны на старших дошкольников и учащихся младших классов, а маленький ребенок может ничего не понять и даже испугаться. Кроме того, двух-трехлетние дети могут переутомиться. Они способны воспринимать и осознавать новые впечатления только в течение 20 минут (!), да и то с помощью мамы, которая должна объяснять происходящее. Обычно представление в театре, цирке, на елке продолжается два-три часа, а это малышу не по силам. Отложите такие развлечения на несколько лет, пока он подрастет.

Вопрос о том, стоит ли маленьким детям смотреть телевизионные передачи, является очень актуальным. До 2 - 2,5 лет ребенку нельзя (!) смотреть телевизор, от 2 до 3 лет (а лучше и позже) - не более 15 минут в день и только вместе с мамой. Она должна проговаривать вслух все, что видит на экране, и объяснять это ребенку: «Это девочка. Она несет шарик. Красивый, голубой! А вот Зайка пришел, просит шарик у девочки. Видишь, добрая девочка, дала Зайке шарик...». Такой пересказ необходим, потому что двух-трехлетний малыш не успевает понять смысл происходящего на экране, так как скорость его зрительного восприятия несравнима со скоростью восприятия старших детей и тем более взрослых. Смотреть можно только передачи, предназначенные для маленьких детей, лучше всего отечественные мультфильмы с четкой, ясной картинкой, мелодичной музыкой, добрыми, нестрашными героями и понятным, доступным малышу содержанием.



Желательно периодически просматривать одни и те же мультфильмы, как перечитывают знакомые книги. Это способствует лучшему пониманию, более осознанному восприятию, элементарному предвосхищению уже известных событий. И в этом ребенку тоже должна помочь мама: «Кто сейчас из окошка выглядывает? Правильно, мышка. А кто к ней сейчас прискачет? Лягушка-квакушка...». Для этого полезно иметь любимые мультфильмы на кассетах, чтобы смотреть их по несколько раз (не в один день, конечно).



Передача «Спокойной ночи, малыши» может быть рекомендована детям начиная с 3 лет. До этого возраста им трудно ориентироваться в сюжете передачи и переходить от беседы Хрюши и Степашки с ведущим к мультфильму. Для начала можно смотреть только первую часть передачи, мультфильм записывать, а просматривать его в другой день.

День, наполненный событиями, утомляет малыша. Многие родители думают, что уставший ребенок быстрее засыпает. На самом деле

переполненный впечатлениями малыш перевозбуждается, нервничает, плачет или без причины смеется и, даже зевая во весь рот, не может заснуть. Надо помнить об этой особенности психики маленьких детей и стараться обеспечить ребенку спокойную, уравновешенную жизнь дома, не перегружать его непосильными новыми впечатлениями.

Привычный режим дня, приятные и понятные ребенку события; постоянный контакт и доверительное общение не только с мамой, но и с папой; внимание родителей, их улыбки, одобрение и ласка - все это поможет избежать ненужного перевозбуждения нервной системы, сбоев внутренних биологических часов (помогающих засыпать в определенное время), сделает выходной день не стрессом, за которым последует «тяжелый понедельник», а радостным праздником общения с родными и любимыми людьми, настоящим днем отдыха.

**г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru**

**Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»**



Консультация для родителей

Выходные с малышом



СОВЕТ РОДИТЕЛЯМ

Развитие богатого эмоционального мира ребенка немислимо без существования в нем игрушек. Именно они служат для него той средой, которая позволяет выражать свои чувства, исследовать окружающий мир, учит общаться и познавать себя.



У каждого ребенка должна быть такая игрушка, которой он может пожаловаться. Которую поругает и накажет, пожалеет и утешит. Именно она поможет преодолеть ему страх одиночества, когда родители куда-нибудь уходят, страх темноты, когда выключается свет и надо уснуть.

Игрушки для самых маленьких, прежде всего, должны развивать органы чувств: глаза, уши, руки. И пока основная его потребность - чувствовать тепло, первые игрушки должны быть мягкими и теплыми. Самые лучшие игрушки для маленьких - это те, которые можно кусать. Они должны быть сделаны из мягкого материала (пластмасса, резина), хорошо мыться, быть легкими, не иметь удлиненной плоской формы, чтобы, засовывая их в рот, ребенок не мог подавиться. Окраска игрушек должна быть яркой, хорошо, если они будут звучащими.



Так какие же игрушки нужны детям?

Игрушки, копирующие предметы реальной жизни: кукольное семейство (семья игрушек), кукольный домик, мебель, посуда, машины, лодка, касса, весы, медицинские и парикмахерские инструменты, стиральные машины, плиты, телевизоры, счеты, музыкальные инструменты, железные дороги, телефон и т.д.

Игрушки, помогающие выплеснуть агрессию: солдатики, мячики, резиновые игрушки, дикие животные, скакалки, кегли, молотки и другие инструменты.

Игрушки для развития творческой фантазии и самовыражения: кубики, матрешки, пирамидки, конструкторы, мозаика, настольные игры, разрезные картинки, краски и пластилин, мелки.

Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»



Консультация для родителей

Какие игрушки нужны
детям?



г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru



Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями

1. Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду
2. Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства
3. Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет.
4. Принесите в группу свою фотографию
5. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке)
6. Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада
7. После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке. Дайте ребенку возможность поиграть в подвижные игры
8. Устройте семейный праздник вечером
9. Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу
10. Будьте терпеливы.



Что делать, если ребенок начал ходить в детский сад

1. Установите тесный контакт с работниками детского сада
2. Приучайте ребенка к детскому саду постепенно
3. Не оставляете ребенка в саду более чем на 8 часов
4. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка
5. С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада
6. Поддерживайте дома спокойную обстановку
7. Не перегружайте ребенка новой информацией
8. Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы.

ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ О ДЕТСКОМ УПРЯМСТВЕ И КАПРИЗНОСТИ

- Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.
- Заканчивается - к 3,5 - 4 годам.
- Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная.
- Пик упрямства приходится на 2,5 - 3 года жизни.
- Мальчики упрямее девочек.
- Девочки капризничают чаще.

- Если дети по достижению 4-х лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, т.е. появляется опасность фиксации упрямства, истеричности, как удобных способов манипуляции своими родителями. Не поддавайтесь нажиму ради своего спокойствия.
- В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых - до 19 раз!



Что могут сделать родители?

- Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ребенку почувствовать, что вы его понимаете.
- Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите это как данность.
- Не пытайтесь во время приступа что-то внушать ребенку. Это бесполезно.

Ругать не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат!

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

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

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

Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка, книжка!», «А что это там за окном ворона делает?». Подобные маневры заинтеригуют и отвлекут.

ЧТО ДЕЛАТЬ С ЯБЕДАМИ

Это явление обычно возникает, как попытка привлечь к себе внимание. Дети часто ябедничают потому, что считают, что могут возвысить свое «Я» за счет представления других детей в дурном свете.

- Как можно чаще уделяйте своему ребенку заботливое

внимание, говорите ему о его хороших чертах.

- Предлагайте рассказать что-нибудь хорошее о своих друзьях.

Как справиться с проблемой, если она уже есть?

- Постарайтесь уделить «ябеде» минимум внимания, но не обрывайте его и не отчитывайте, ведь недослушав ребенка, вы никогда не поймете, что движет им — желание «настучать» или желание поделиться важной информацией.

- Скажите ребенку, чтобы он поговорил о поступке, о котором сейчас рассказывает вам, с ребенком его совершившим, а не с вами.

- Спросите ребенка, а как бы он сам поступил в подобной ситуации.

- Похвалите ребенка, когда он, не ябедничая, беседует с вами: «Мне очень приятно говорить с тобой, когда ты не ябедничаешь».

Филиал МБДОУ – детского сада

комбинированного вида «Надежда»

детский сад комбинированного вида № 461

«Маячок»



Консультация для родителей

Советы родителям



г. Екатеринбург

Орджоникидзевский район

пр. Космонавтов, 74 а

Телефон (343) 306-69-65

(343) 306-69-67

E-mail: mayachok_461@mail.ru

(поочерёдно загибаем пальчики)
Этот пальчик — в лес пошёл,
Этот пальчик — гриб нашёл,
Этот пальчик — занял место,
Этот пальчик — ляжет тесно,
Этот пальчик — много ел,
Оттого и растолстел.

(перебирая пальчики, приговариваем)
Этот пальчик — дедушка,
Этот пальчик — бабушка,
Этот пальчик — папенька,
Этот пальчик — маменька,
Этот пальчик — Ванечка.

(загибаем пальчики)
Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик лёг в кровать,
Этот пальчик лишь вздремнул,
Этот пальчик уж заснул.
Этот крепко, крепко спит.
Тише! Тише, не шумите!
Солнце красное взойдёт,
Утро ясное придёт.
Будут птички щебетать,
Будут пальчики вставать!
(пальчики разгибаются)

(большой пальчик соединяют
поочередно с каждым пальчиком)
- Пальчик-мальчик,
Где ты был?
- С этим братцем
В лес ходил.
С этим братцем
Щи варил,
С этим братцем
Кашу ел.
С этим братцем
Песни пел!

Ивану-большому — дрова рубить,
Ваське-указке — воду носить,
Мишке-среднему — печку топить,
Гришке-сиротке — кашу варить,
А крошке Тимошке — песенки петь,
Песни петь и плясать,
Родных братьев потешать.

Будут пальчики вставать,
Наших деток одевать.
Встали пальчики - ура!
Одеваться нам пора.

Ладушки-ладошки
Хлопали в ладошки
Хлопали в ладошки (хлопаем в
ладоши)
Отдохнем немножко (руки на
колени).

Кашку варили
Ложечкой мешали
Куколку кормили
Кошечке давали. (указательным
пальчиком водим по ладошке)

Кулачки сложили
Кулачками били
Тук-тук тук да тук
Тук-тук тук да тук (стучать
кулачками друг о друга)

Этот пальчик самый толстый, самый
сильный и большой!
Этот пальчик для того, чтоб
показывать его!
Этот пальчик самый длинный и
стоит он в середине!

Этот пальчик безымянный, он
избалованный самый!

А мизинчик хоть и мал, зато ловок и
удал!

В этом домике пять этажей:

На первом живет семейство ежей,

На втором живет семейство зайчат,

На третьем - семейство рыжих бельчат,

На четвертом живет с птенцами

синица,

На пятом сова - очень умная птица.

Ну, что же, пора нам обратно
спуститься:

На пятом сова,

На четвертом синица,

Бельчата на третьем,

Зайчата - втором,

На первом ежи, мы еще к ним придем.



г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru

Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»

детский сад комбинированного вида № 461

«Маячок»



Консультация для родителей

Потешки про пальчики

(пальчиковые игры)



Зимние потешки

Ты, мороз, мороз, мороз,
Не показывай свой нос!
Уходи скорей домой,
Стужу уводи с собой.
А мы саночки возьмём,
Мы на улицу пойдём,
Сядем в саночки -
Самокаточки.

Потешки про дождик и солнышко

Дождик, дождик, посильней -
Будет травка зеленей,
Вырастут цветочки
На нашем лужочке.
Дождик, дождик, пуще,
Расти, трава, гуще.

Потешки-утешки

У леси боли,
У волка боли,
У моего сыночка (дочки)
Боль на берёзку
В лес улети



Первые шаги с потешкой

Катя, Катя маленька,
Катенька удаленька,
Пройдись по дороженьке,
Топни, Катя, ноженькой.

По кочкам, по кочкам...

(Подкидываем ребенка на коленках и напеваем,
на последних словах: «Бух!»— «роняем» между
коленями)
Еду-еду к бабе, к деду
На лошадке в красной шапке,
По ровной дорожке
На одной ножке,
В старом лапоточке
По рытвинам, по кочкам,
Всё прямо и прямо,
А потом... в яму!
Бух!

Печём с потешкой

Ай тата, тата, тата!
Пожалуйте решета:
Мучки просеять,
Пирожки затеять.
А для нашей лапушки
Затеём оладушки,
Испечём блинка,
покроем сынка!

Небылицы-перевёртыши (игра с понятиями)

Ехала деревня
Мимо мужика,
Вдруг из под собаки
Лают ворота.
Он схватил дубинку
Разрубил топор,
И по нашей кошке
Пробежал забор.
Крыши испугались,
Сели на ворон,
Лошадь погоняет
Мужика кнутом.



Потягушечки (массаж и гимнастика с потешкой)

(Нежно поглаживаем малыша от головы до пяточек)
Хорошеньким — хорошок.
Пригоженьким — пригожок.
Стройненьким — стройнячок,
А родненьким — родняшок.

Кушаем кашку с потешкой

Люли, люли, люленьки,
Прилетели гуленьки,
Стали гули говорить:
«Чем нам Машеньку кормить?»
Один скажет: «кашкою»,
Другой – «простоквашкою»,
Третий скажет – «молочком»,
И румяным пирожком».

Помогаем маме с потешкой

Иголлка, иголка,
Ты остра и колка,
Не коли мне пальчик,
Шей сарафанчик!

Идем в лес с потешкой

Я по лесу по зелёному бреду,
Я грибочки в кузовок собираю,
Я в осиннике рыжики беру,
По березничку – березовики,
По сосновым пням – опёночки,
А под ёлкой – белый гриб-боровик.

Веснянки (песенки, заклички, приговорки весне)

Жаворонки прилетите,
Студёну зиму унесите,
Теплу весну принесите:
Зима нам надоела,
Весь хлеб у нас поела,

И соломку подобрала,
И мякинку подняла.
Уж вы, кулички - жаворонки,
Солетайтесь, сокликайтесь.



Утро с потешкой

Потягунюшки, порастунюшки (поглаживаем от головы до пяточек)
Поперек толстунюшки,
А в ножки – ходунюшки, (двигаем ножками)
А в ручки – хватунюшки, (сжимают и разжимают кулачки)
А в ушки — слышунюшки, (показывают ушки)
А в глазки — глядунюшки, (показывают глазки)
А носик — сопунюшки, (показывают носик)
А в роток — говорок, (показывают ротик)
А в головку — разумок!

г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru

Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»



Консультация для родителей

Потешки





Пальчиковые игры.

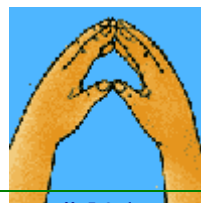
"Ум ребенка находится на кончиках его пальцев"
В. Сухомлинский

Вы прекрасно знаете, что всем маленьким детям нравятся "пальчиковые игры".

Пальчиковые игры не только развлекают малыша, а еще и помогают взрослым развивать у ребенка координацию движений, стимулировать развитие речевых навыков, активизировать память, мышление, развивать творческое мышление и внимание.

Прежде чем играть с ребенком в "пальчиковые игры", вы, уважаемые папы и мамы, бабушки и дедушки, должны сами хорошо знать каждую из игр. У ребенка во время игры должно быть ощущение эмоционального подъема от увиденного. Только тогда Ваш ребенок с удовольствием будет выполнять Ваши задания.

"Встретились двое"	
	<i>действия с пальчиками</i>
Встретились двое котят: "Мяу-мяу!"	соединяем мизинцы обеих рук
И двое щенят: "Гав-гав",	соединяем безымянные пальцы обеих рук
и две лошадки: "Бру-бру",	соединяем средние пальцы обеих рук
и две коровки: "Му-му",	соединяем указательные и большие пальцы обеих рук
а рогатые ж, ну и ну!!!	показать рога, выпрямляя указательные пальцы и мизинцы



"Считалка для пальчиков" №1

	<i>действия с пальчиками</i>
Давай-ка пальчики считать!	
Один, два, три, четыре, пять.	поочередно загибаем пальчики на одной руке
Один, два, три, четыре, пять -	поочередно загибаем пальчики на другой руке
десять пальцев, две руки,	покрутить кистями рук, "как фонарики"
все твои помощники!	покрутить кистями рук, "как фонарики"



"Считалка для пальчиков" №2	
	<i>действия с пальчиками</i>
Раз, два, три, четыре, пять!	
Вышли пальчики гулять!	
Этот пальчик - гриб нашел,	загибаем мизинец
этот пальчик - чистит стол,	загибаем безымянный палец
этот резал,	загибаем средний палец
этот ел,	загибаем указательный палец
ну а этот лишь глядел!	загибаем большой палец

"Считалка для пальчиков" №3	
	<i>действия с пальчиками</i>
Этот пальчик маленький,	загибаем мизинец
Этот пальчик слабенький,	загибаем безымянный палец
Этот пальчик длинный,	загибаем средний палец
Этот пальчик сильный,	загибаем указательный палец
Ну а это толстячок,	загибаем большой палец
А все вместе - кулачок!	покрутите кулачком
"Сорока-белобока"	
	<i>действия с пальчиками</i>
Сорока-сорока	
кашку варила,	водим по ладошке ребенка пальчиком
деток кормила:	водим по ладошке ребенка пальчиком
этому дала,	загибаем мизинец
этому дала,	загибаем безымянный палец
этому дала,	загибаем средний палец
этому дала,	загибаем указательный палец
а этому не дала!	потрясите большой пальчик
Ты дров не колот? Не колот.	потрясите большой пальчик
Воды не носил? Не носил.	потрясите большой пальчик
Здесь водичка - холодненькая,	гладим малыша по запястью
здесь водичка - тепленькая,	гладим малыша по плечу
а здесь - кипяток, кипятки!	щекочим малыша и смеемся!
"Зайчики-пальчики"	
	<i>действия с пальчиками</i>
Раз, два, три, четыре, пять,	Сначала кулачок сжат. Потом пальчики по одному разжимаются, а в конце снова по одному прячутся в кулак.
Вышли зайчики гулять	
Раз, два, три, четыре, пять,	
В домик спрятались опять.	

"Сорока-белобока"	
	<i>действия с пальчиками</i>
Этот пальчик хочет спать,	загибаем поочередно пальчики
этот пальчик – прыг в кровать,	
этот пальчик прикорнул,	
этот пальчик уж заснул.	
Встали пальчики. Ура!	раскрываем кулачок
В детский сад идти пора!	

"Цыпленок"	
	<i>действия с пальчиками</i>
Бедный маленький цыпленок	прижать кулачки друг у друга
Кушать захотел спросонок,	
Пальчиком, как клювом бьёт,	постучать указательными пальчиками по столу
Буд-то бы зерно клюёт.	

"Замок"	
	<i>действия с пальчиками</i>
На двери висит замок, Кто его открыть бы мог?	Пальчики переплести в замок, раскачивать "замок" при чтении стиха
Постучали,	постукивать основания ладоней обеих рук, не разрывая пальцы (не открывая замок)
Покрутили,	не расцепляя пальцы, сдвигать ладони в разных направлениях (одну - вперед, другую - назад, так чередовать)
Потянули	не расцепляя пальцы, развести основания ладоней в стороны, при этом пальчики выпрямляем
И открыли!	резко отпускаете руки, раскрыв замок, и руки надо развести широко в стороны.

"Рыбки"	
	<i>действия с пальчиками</i>
Рыбки плавали, ныряли В чистой тепленькой воде,	имитировать пальчиками плавание рыбок
То сожмутся,	сильно сжать пальчики друг к другу (получается плотная ладошка)
Разожмутся,	растопырить пальчики
То зароются в песке.	снова сложить пальчики и делать движения, как будто роете песок ладошкой

Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461

«Маячок»



Консультация для родителей

Пальчиковые игры



г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru

Ласточка - Перепелочка

(русская игра)

Правая ладонь ребенка ложится на левую ладонь взрослого. Медленно, тихо и ласково взрослый произносит: ласточка – и одновременно пальцами правой руки он водит по большому пальцу малыша от основания до кончика. Затем, с тем же словом, поглаживает второй палец малыша. Перебрав несколько пальцев ребенка таким образом, взрослый, не меняя интонации, произносит одновременно с поглаживанием: “Перепелочка”.

Задача ребенка – как можно быстрее отдернуть руку, так как на последнем слог этого слова взрослый схватит его за кончик пальца и начнет трясти, радостно приговаривая: поймал, поймал!” После того как “перепелка” “была поймана” или “улетела”, игра продолжается с другой кой малыша. Освоив игру, ребенок сам часто предлагает перемену ролей и с удовольствием ловит “перепел ” – палец взрослого.

Кисель

(русская игра)

*Бабушка кисель варила
На горушечке,*

Правая рука “ помешивает кисель”. Кончики пальцев правой и левой руки соединяются, руки расходятся углом.

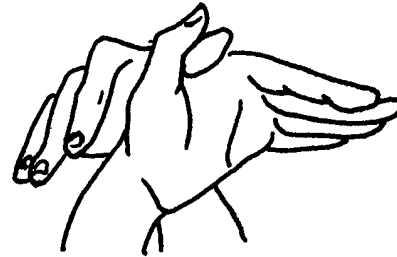
Для Андрюшечки. Ладонь правой руки ложится на грудь.

Летел, летел сокол

Ладони скрещиваются, большие пальцы рук зацепляются друг за друга.



Через бабушкин порог.



Скрещенные ладони помахивают, как крылья.

*Вот он крыльями забил,
Бабушкин кисель разлил.
Вот и нету киселька
В черепушечке*

Руки несколько раз сильно ударяют по бокам, затем вытягиваются вперед и вниз, пальцы растопыриваются.

Руки разводятся в стороны. Руки снова показывают горшок-черепушечку.

В черепушечке

Округленные ладони, опускаясь, образуют горшок - черепушечку.

У старушечки

На горушечке.

*Бабка плачет: “Ай-ай-ай!” Слезы утирает
Не плачь, бабка, не рыдай!*

*Указательный палец правой руки “грозит”
Чтоб ты стала весела*

*Мы наварим киселя . Во-о-от столько!
Правая рука снова помешивает кисель”*

Руки расходятся широко в стороны

Банька

(русская игра)



Кончики пальцев левой и правой рук взрослого смыкаются, ладони расходятся под углом – “выстроена банька”.

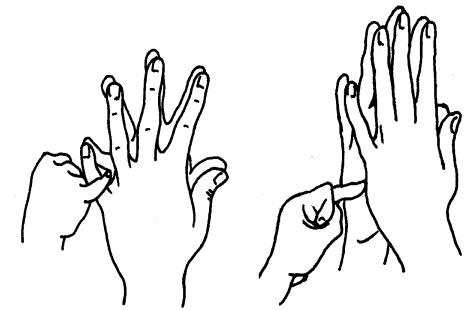
Ребенок проводит указательным пальцем между пальцами взрослого, прося:

“Пусти в баньку!”

“Не протопил еще”, – отвечает взрослый.

Другой палец малыша пытается попасть в щель между другими пальцами взрослого:

“Пусти в баньку!”



“Мыльца нет” .

Так поочередно каждый пальчик малыша “просится в баньку” – взрослый может ответить: “Водичка холодна” или “Веничка нет”. Наконец, взрослый зовет: “Ну, иди! ”

Малыш просовывает палец между ладонями взрослого и старается

тотчас же выдернуть его, до *того*, как взрослый, зажав палец ладонями, начнет его тереть, приговаривая.

Барашка купишь?

(русская игра)

Взрослый заплетает пальцы руки один за другой – средний за указательный, безымянный за средний, мизинец за безымянный.



Протягивает руку к малышу: “Барашка купишь?”

Ребенок пытается схватить руку взрослого; если не успевает, то взрослый разводит пальцы со смехом: “Ой, пропал!” Если, напротив, замешкается взрослый (а это бывает часто – самым маленьким, конечно, подыгрывают) и ребенок “поймает барашка”, наступает его очередь заплетать пальцы и становиться продавцом.

Пальцы могут быть заплетены и в обратном порядке

(безымянный за мизинец, средний за безымянный, указательный за средний). Тогда уже продают не барашка, а петушка.

При игре детей постарше происходит такой диалог:

- Барашка купишь?
- А сколько просишь?
- Сто.
- Много будет. Дам десять.
- Девяносто!
- Пятнадцать!

Торговля продолжается; наконец “покупатель” быстро произносит: “Беру!” – и пытается схватить барашка. «Продавец», чтобы не проиграть, должен успеть развести пальцы со словами: “Так пропал!”

Игра способствует развитию гибкости пальцев, тренирует скорость реакции.

**г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru**

**Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461**

«Маячок»



Консультация для родителей

Пальчиковые сказки



Развивающие игры для детей от 1,5 лет до 2 лет

«Листья»

Цель игры – Развить творческое способности ребенка, его мышление и внимание.

Описание игры – Рассказывайте ребенку о каждом листике (название, форма и т.д.) Приклеивайте вместе с ребенком листики к картону, создавая таким образом картины. Примечание: Картины можно дополнить сушеными ягодами. Обязательно повесьте шедевр ребенка на видное место.

«Предметы в воде»

Цель игры – Научить ребенка воспринимать форму и качества величины различных предметов.

Описание игры – Покажите ребенку подготовленные предметы. Покажите ему, что предметы могут тонуть, объясните, почему это происходит.

Дайте ему самому поиграть с игрушками в воде, он многое сможет понять самостоятельно.

Примечание: Вода при проведении этой игры обязательно должна быть теплой.

«Кораблик»

Цель игры – Развить легкие ребенка

Описание игры – Сделайте кораблик из бумаги. Пустите кораблик на поверхность воды. Дайте ребенку самому поиграть с

новым предметом.

Покажите ребенку, что если дуть на кораблик, то он будет плавать.

Примечание: Используйте цветную бумагу и тазик с водой.

«Крыша домика»

Цель игры – Развивать мелкую моторику рук, мышление и координацию движений ребенка.

Описание игры – Сядьте напротив ребенка. Соедините под углом руки, касаясь кончиками соответствующих пальцев обеих рук. Возьмите руки ребенка в свои и соедините их так, как необходимо. Побудите ребенка к тому, чтобы он сделал домик самостоятельно.

Примечание: Чтобы заинтересовать ребенка, попросите его «построить «домик для любимой игрушки».

«Свеча»

Цель игры – Развить легкие ребенка

Описание игры – Зажгите свечу перед ребенком, пусть ребенок посмотрит на пламя, а затем задуйте ее.

После этого зажгите свечу снова и дайте возможность ребенку самостоятельно задуть свечу.

Примечание: Будьте крайне осторожны при проведении этой игры, чтобы ребенок не обжегся.

«Ку-ку»

Цель игры – Развить мышление и слуховое восприятие ребенка.

Описание игры – Вы уже, наверно, играли с ребенком в эту игру, когда он был совсем маленьким. Вы накрывали лицо платком или закрывали его руками и говорили «ку-ку». Это доставляло ребенку огромную радость.

Теперь игру необходимо усложнить. Со словами «ку-ку» мама или другой человек должен спрятаться, например, за дверью.

Постоянно говорите эти слова, чтобы ребенок пытался вас найти по звуку. Он обязательно вас найдет, и будет стараться сам спрятаться и играть в эту игру.

Примечание: Каждый раз используйте новые места для проведения этой игры.

«Спрячь игрушку»

Цель игры – Развить внимание и мышление ребенка.

Описание игры – Покажите ребенку игрушку и заинтересуйте его ей. Затем переключайте игрушку из руки в руку, за спиной и т.д. Можно пытаться спрятать ее, например, под подушку. Ребенок должен внимательно следить за игрушкой и пытаться ее найти.

Примечание: Ребенок не должен расстраиваться из-за того, что игрушка пропала из его поля зрения.

«Пуговицы»

Цель игры – Развить мелкую моторику рук и мышление ребенка.

Описание игры – Разложите перед ребенком пуговицы и положите коробочку. Покажите ему, как необходимо через отверстие отпускать пуговицы в коробку. Ребенок должен стараться повторить ваши действия.

Примечание: Следите за тем, чтобы ребенок не тянул пуговицы в рот.

«Цветочек для мамы»

Цель игры – Развить мышление и мелкую моторику рук ребенка

Описание игры – У цветка необходимо вырезать лепестки и положить их вместе с сердцевинкой на поднос. Ребенок должен собрать цветок и подарить его своей маме.

Примечание: В этой игре могут принимать участие два ребенка. В этом случае необходимо разрезать два цветка.

Выигрывает тот участник, который раньше всех соберет свой цветок.



г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru

Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»



Консультация для родителей

**Развивающие игры
для детей**

от 1,5 до 2 лет



Развивающие игры для детей от 2 лет до 3 лет

«Съешь яблоко»

Цель игры – Развить тактильные ощущения ребенка, а также научить его ориентироваться в пространстве с закрытыми глазами.

Описание игры – в игре участвуют две команды, в состав которых входят дети и один из родителей. Родители держат в руках веревочку, на которой висит фрукт. Дети после условного сигнала должны попытаться съесть фрукт. Выигрывает та команда, которая справится с заданием раньше всех.

Примечание: Родители должны любыми способами помогать ребенку.

«Бег в мешках»

Цель игры – Развить координацию движений ребенка

Описание игры – В центре игровой площадки поставьте стул. Двое детей должны встать в мешки ногами и, держа края мешка руками, добежать до стула, обождать его и вернуться назад. Игру можно продолжить остальные участники команды.

Примечание: Детям будет очень интересно играть, если первыми в мешках эстафету пробегут родители.

«Новый друг»

Цель игры – Помочь ребенку преодолеть сложность в общении

Описание игры – Знакомьте ребенка с новыми игрушками – животными. Объясняйте, что у него появился новый друг, и рассказывайте, где он живет, чем питается и т.д. Ребенок должен взять в руки игрушку и погладить ее в знак дружбы

Примечание: Каждый раз используйте новую игрушку.

«Донеси шарик»

Цель игры – Развить слаженность и координацию движений ребенка

Описание игры – Двое детей должны зажать воздушный шарик или мяч между головами. После условного сигнала участники игры с шариком или мячом передвигаются по игровой площадке. Главное не уронить мяч.

Если в этой игре учувствуют четыре ребенка (парно), то выигрывает та пара, которая уронит мяч (шарик) в последнюю очередь

Примечание: Воздушные шары должны быть максимально плотными, чтобы они не лопнули при игре и не напугали детей.

«Статуя»

Цель игры – Развить координацию движений, мышление ребенка, а также улучшить его взаимодействие со

сверстниками.

Описание игры – На группу детей из пяти человек выбирается один ведущий, который ловит игроков, дотрагиваясь до них рукой, должен замереть, как статуи. Игрока, которого превратили в статую, могут освободить других игроков прикосновением. Игра заканчивается, когда все игроки превратились в статуи
Примечание: следите за тем, чтобы дети касались друг друга очень осторожно. Проведите границы поля для игры, за которые нельзя заходить. Если в игре участвует другая группа детей, на каждые пять человек должен быть один ведущий.

«Сортировка овощей»

Цель игры – Развить мышление и координацию движений ребенка.

Описание игры – В коробки необходимо разложить картофель и морковь.

Примечание: В игру могут играть двое детей. Для этого вам необходимо четыре коробки. Двое участников должны выбрать морковь и картофель и сложить овощи в отдельные коробки. Общая коробка и рассортированные овощи должны находиться в разных сторонах игрового помещения. Выигрывает тот, кто справился с заданием первым.

«Цветы»

Цель игры – Развить мелкую моторику рук, мышление и внимание ребенка

Описание игры – Покажите ребенку, как из подготовленного материала можно сделать цветок. На палочки закрепить вату или снежок и раскрасьте его в разные цвета. Затем побудите ребенка сделать цветок самостоятельно.

Примечание: используйте краски разных цветов.

«Игрушки не хватает»

Цель игры – Развить память и внимание ребенка

Описание игры – Расставьте игрушки в один ряд. Ребенок должен в течении 1-2 мин внимательно смотреть на игрушки. После чего ему следует отвернуться, а вам убрать за 1-2 игрушки.

Затем ребенку нужно вспомнить исходное положение игрушек и сказать, какой игрушки не хватает

Примечание: В эту игру можно играть каждый день, меняя игрушки и увеличивая их количество.

«Ну, погоди»

Цель игры – Развить мелкую моторику рук, ловкость и координацию движения ребенка.

Описание игры – Участники игры должны встать по кругу, детям стоящим друг против друга дают в руки игрушку. После

условного сигнала, дети начинают передавать друг другу игрушки. «Заяц должен убежать, а «волк» догонять
Примечание: Игрушки должны быть средних размеров

«Нежные слова»

Цель игры – Расширить словарный запас ребенка, улучшить произношение,
Описание игры – Дети должны встать по кругу, одному из участников дают в руки воздушный шар, и говорит ведущему..., тот ребенок, который не смог назвать слово, выбывает из игры. Если ребенок назвал слово, он передает шарик другому участнику, который и говорит ласковое слово.

Примечание: Эту игру можно проводить на любом празднике...

Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»

детский сад комбинированного вида № 461

«Маячок»



Консультация для родителей

Развивающие игры

для детей

от 2 до 3 лет



г. Екатеринбург

Орджоникидзевский район

пр. Космонавтов, 74 а

Телефон (343) 306-69-65

(343) 306-69-67

E-mail: mayachok_461@mail.ru

1. «Ладошки» И.П. встаньте прямо, согните руки в локтях и «покажите ладони зрителю». Делайте шумные, короткие вдохи носом и одновременно сжимайте ладони в кулаки. Помните! Вдох носом – активный, выдох через рот – абсолютно пассивный, неслышный.



2. «Погончики» И.П. встаньте прямо, кисти рук сожмите в кулаки и прижмите к животу, на уровне пояса. В момент вдоха резко толкайте кулаки вниз к полу. Затем кисти рук возвращаются в и.п. Выше пояса кисти не поднимать.



3. «Насос» И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч, руки вдоль туловища. Сделайте легкий поклон (руками тянуться к полу, но не касаться его) и одновременно – шумный и короткий вдох носом (во второй половине поклона). Вдох должен кончиться вместе с поклоном. Слегка приподняться, но не выпрямляться, и снова поклон и короткий, шумный вдох "с пола". Поклоны делаются ритмично и легко, низко не кланяйтесь, достаточно поклона в пояс. Помните! «Накачивать шину» надо в темпе ритме строевого шага.

Ограничения: при травмах головы и позвоночника; при многолетних радикулитах и остеохондрозах; при повышенном артериальном, внутричерепном и внутриглазном давлении; при камнях в печени, почках и мочевом пузыре – низко не кланяйтесь. Поклон делается едва заметно, но обязательно с шумным и коротким вдохом через нос. Выдох делается после каждого вдоха (пассивно) через рот, но не открывайте его широко. Упражнение «Насос» очень результативное, часто останавливает приступы бронхиальной астмы, сердечный и приступ печени.



4. «Кошка» И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч (ступни ног не должны отрываться от пола). Сделайте танцевальное приседание и одновременно поворот туловища вправо – резкий, короткий вдох. Затем такое же приседание с поворотом влево и тоже короткий, шумный вдох. Выдохи происходят между вдохами сами, произвольно. Руками делайте хватательные движения справа и слева на уровне пояса. Спина абсолютно прямая, поворот – только в талии.



5. «Обними плечи» (вдох на сжатии грудной клетки). И.П. встаньте прямо, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч. Бросайте руки навстречу друг другу до отказа, как бы обнимая себя за плечи. И одновременно с каждым «объятием» резко «шмыгайте» носом. Руки в момент «объятия» идут параллельно друг другу. Широко в стороны не разводить и не напрягать.



6. Большой маятник» («Насос» + «Обними плечи»). И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Наклон вперед, руки тянутся к полу – вдох. И сразу без остановки, слегка прогнувшись в пояснице наклон назад – руки обнимают плечи – и тоже вдох. Кланяйтесь вперед – откидывайтесь назад, вдох "с пола" – вдох "с потолка". Выдох происходит в промежутке между вдохами.



7. «Повороты головы» И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поверните голову вправо – сделайте шумный, короткий вдох с правой стороны. Затем поверните голову влево – «шмыгните» носом с левой стороны. Посередине голову не останавливать, шею не напрягать, вдох не тянуть.



8. «Ушки» И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Слегка наклоните голову вправо, правое ухо идет к правому плечу – шумный, короткий вдох. Затем слегка наклоните голову влево, левое ухо идет к левому плечу – тоже вдох. Смотреть надо прямо перед собой.



9. «Маятник головой» И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Опустите голову вниз (посмотрите на пол) – резкий, короткий вдох. Поднимите голову вверх (посмотрите на потолок) – тоже вдох. Выдох должен успевать

«уходить» после каждого вдоха.

Ограничения: при травмах головы, вегетососудистой дистонии, эпилепсии; при повышенном артериальном, внутричерепном и внутриглазном давлении; остеохондрозе шейно-грудного отдела позвоночника - не делайте резких движений головой в упражнениях - «Повороты головы», «Ушки», «Маятник головой». Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно «шмыгайте» носом.



12. «Задний шаг» И.П. то же. Отведите левую ногу, согнутую в колене, назад, как бы хлопая себя пяткой по ягодицам. На правой ноге в этот момент слегка присядьте и шумно «шмыгните» носом. Затем обе ноги на одно мгновение верните в и.п. - выдох сделан. После этого отводите назад согнутую в колене правую ногу, а на левой делайте легкое танцевальное приседание.

Составитель инструктор по физической культуре
МБДОУ № 461 Денисова Ольга Борисовна



10. «Перекаты» И.П. левая нога впереди, правая сзади. Вся тяжесть тела на левой ноге, нога прямая, корпус тоже. Правая нога согнута в колене и отставлена назад на носок, чтобы не потерять равновесие (но на нее не опираться). Выполните легкое танцевальное приседание на левой ноге, одновременно делая короткий вдох носом. Затем сразу же перенесите тяжесть тела на отставленную назад правую ногу (корпус прямой), и тоже на ней присядьте, одновременно резко «шмыгая» носом. Снова перенесите тяжесть тела на стоящую впереди левую ногу.



Помните! Вдохи делаются одновременно с движениями. Выдох должен происходить после каждого вдоха (не открывайте широко рот).



11. «Передний шаг» И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поднимите левую ногу, согнутую в колене, вверх, до уровня живота (от колена нога прямая, носок тянуть вниз, как в балете). На правой ноге в этот момент сделайте легкое танцевальное приседание и короткий, шумный вдох. После приседания обе ноги должны обязательно на одно мгновение принять и.п. Затем поднимите правую ногу, согнутую в колене, а на левой слегка присядьте, и шумно «шмыгните» носом.



*Дыхательная гимнастика
А. Н. Стрельниковой*

*Для этой гимнастики нужен один
квадратный метр, чтобы стоять и
открытая форточка, чтобы дышать!*

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. То есть каждый ребенок привыкает по-своему.

Существуют определённые причины, которые вызывают слёзы у ребёнка:

- Тревога, связанная со сменой обстановки (ребёнок до 3 лет ещё нуждается в усиленном внимании. При этом из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство (встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей). Изменяется режим дня (ребёнку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал). В детском саду приучают к определённой дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. К тому же личный режим дня ребёнка нарушается, это может спровоцировать истерики и нежелание идти в ДОУ.

- Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в ДОУ. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в саду

приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.

- Отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребёнка в детском саду.

- Избыток впечатлений. В ДОУ малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и вследствие этого – нервничать, плакать, капризничать. Чтобы привыкание ребенка к детскому саду проходило как можно быстрее и легче, Вам необходимо придерживаться следующих рекомендаций.

Рекомендации родителям.

- Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

- Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день сразу, как можно раньше забирать домой. Начинайте посещение ДОУ по алгоритму, предложенному специалистами.

- Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье. Щадить его ослабленную нервную систему.

- Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратите походы в общественные заведения, в гости. Намного сократите просмотр телевизионных передач.

- Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям

о личностных особенностях малыша.

- Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе. Посоветуйтесь с воспитателями, они подскажут, как лучше одевать ребенка.
- Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
- Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.
- При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.
- При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания специалиста.

Дорогие родители!

Заканчивая свои рекомендации, хотелось бы заострить Ваше внимание на нескольких моментах. Полная адаптация ребенка к детскому саду

возможна не раньше чем через 2-3 месяца. И в течение всего этого периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и теперешней жизнью. Например, старайтесь первое время одевать его в знакомую одежду, дать с собой в садик любимую игрушку. Если ребенок сильно скучает, облегчить его состояние сможет фотография мамы в шкафчике для одежды или под подушкой его кровати, тому же самому может послужить какая-то небольшая вещь мамы, например: ее шарфик или платочек.

Проявляйте как можно больше интереса к его занятиям в детском саду, внимательно выслушивайте его рассказы, сохраняйте рисунки и аппликации, которые он приносит; любознательность и стремление к действию возникают и развиваются (как и умение говорить или ходить) при доброжелательном и терпеливом участии взрослых, благодаря их постоянным поощрениям.

В первое время ребенок может сильно устать в детском саду: новые впечатления, новые друзья, новая деятельность, большое количество народа. Если ребенок приходит домой измученным и нервным, это еще не значит, что его адаптация проходит тяжело. Просто необходимо время, чтобы малыш привык к новому режиму.

Поддерживайте отношения с воспитателем и другими родителями. Интересуйтесь, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу.

Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству.

Помните, что с началом посещения детского сада ребёнок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому старайтесь уделять больше внимания ребёнку дома, читайте, играйте, смотрите вместе мультфильмы, делайте домашнюю работу. Подчеркивайте, каким большим и умелым стал ваш малыш, как пошел в детский сад, каким он стал сильным, смелым и умным, как многому он учится каждый день в детском саду. Будьте нежны, терпеливы и доброжелательны. И, скорее всего, стресса, связанного с поступлением в детский сад, удастся избежать. Удачи Вам!

**г. Екатеринбург
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru**

**Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»**



Консультация для родителей **Адаптация ребенка к детскому саду**



Дыхание

Чтобы правильно говорить нужно учиться правильно дышать. Если ребенок дышит неправильно – тихая, глухая речь, «каша во рту», скачкообразный темп речи (нет плавности, некоторые слова произносятся на вздохе).

Работа начинается с общих дыхательных упражнений. Учить ребенка дышать носом при закрытом рте. Затем переход к формированию правильного дыхания. Вдох через нос, выдох через рот.

Упражнения направлены на развитие силы, плавности и продолжительности выдоха. Навыки правильного дыхания надо вырабатывать, начиная с простейших игровых приемов, постепенно усложняя их.

- Дуть на горячий чай
- Загнать мяч в ворота



- Дуть на мелкие

предметы (стараться как можно дальше передвинуть их)

- Игра на звучащих игрушках (дудочка, труба, свисток, губная гармошка, глиняные свистульки)
- Подуть на «ушибленное» место руки (вдох через нос, выдох на руку, палец, локоть)
- Подуй на одуванчик (с речевым сопровождением:

«Подуй на одуванчик

Как дует этот мальчик,

Подуй, подуй сильнее

И будешь здоровее)

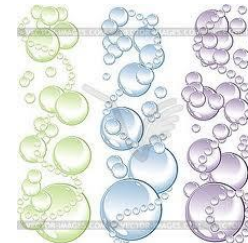


- Подуть в различных направлениях (на левое плечо, на правое плечо, на грудь, перед собой, вверх)

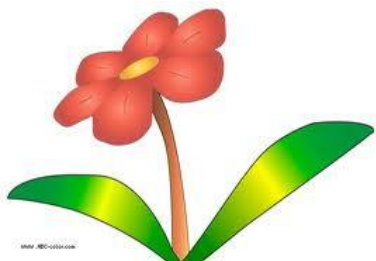
- Задуть свечу



- Вдохнуть через нос, выдохнуть через рот произнося звук «Ффф...»
- Греем руки
- Игра «Бульканье» (малыш дует в стакан с водой через соломинку для коктейля)



- «Собаке жарко» (часто дышим с высунутым языком)
- «Хомячок» (пошмыгать носом, «учить дышать через нос»)
- При вдохе понюхать цветок, духи, фрукты



- Игра «мыльные пузыри» (вдох через нос, выдох через рот, надуваем пузыри)



г. Екатеринбург
Орджоникидзевский район
пр. Космонавтов, 74 а
Телефон (343) 306-69-65
(343) 306-69-67
E-mail: mayachok_461@mail.ru

Филиал МБДОУ – детского сада
комбинированного вида «Надежда»
детский сад комбинированного вида № 461
«Маячок»



Консультация для родителей

Дыхательная гимнастика для малышей



