

Консультация для родителей.

Как развивать мелкую моторику рук у детей 3-4 лет

Актуальной проблемой в наше время становится полноценное развитие детей дошкольного возраста. Важную роль в успешности интеллектуального и психофизического развития ребёнка играет сформированная мелкая моторика.

Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими психическими функциями и свойствами сознания, как внимание, мышление, оптико-пространственное восприятие (координация), воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

Мышление ребенка находится на кончиках его пальцев. Как это понимать? Исследованиями доказано, что развитие речи, мышления тесно связано с развитием мелкой моторики. Руки ребенка — это его глаза. Ведь ребенок мыслит чувствами — что ощущает, то и представляет. Руками можно сделать очень многое — играть, рисовать, обследовать, лепить, строить, обнимать и т. д. И чем лучше развита моторика, тем быстрее ребенок 3-4 лет адаптируется к окружающему его миру!

Ученые, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, отмечают, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук.

Для развития мелкой моторики рук можно использовать разные игры и упражнения.

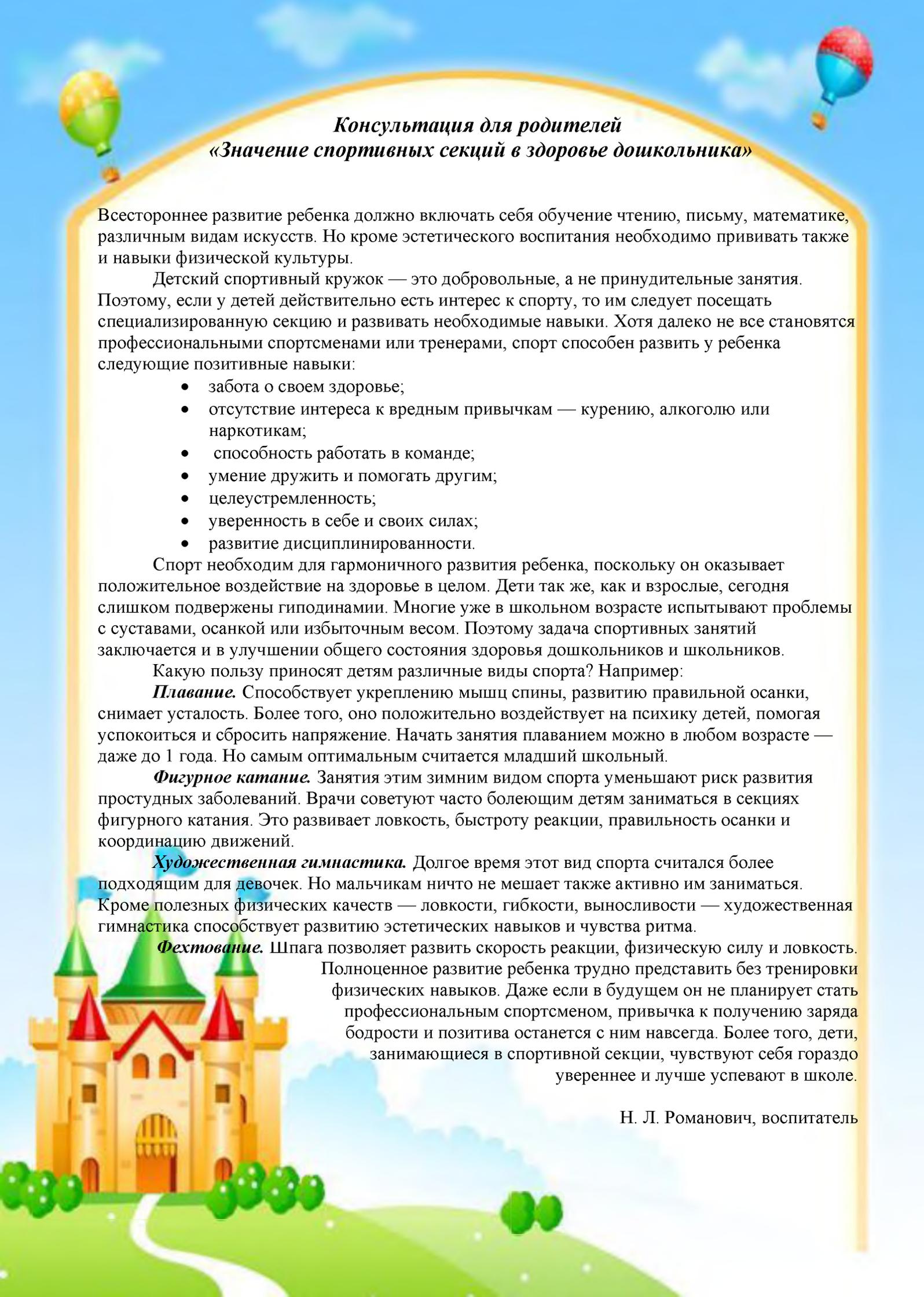
1. Пальчиковые игры - это уникальное средство для развития мелкой моторики и речи ребенка в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного мышления, внимания, воображения, воспитывает быстроту реакции и эмоциональную выразительность.
2. Оригами – конструирование из бумаги – это еще один способ развития мелкой моторики рук у ребенка.
3. Шнуровка – это следующий вид игрушек, развивающих моторику рук у детей.
4. Игры с песком, крупами, бусинками и другими сыпучими материалами - их можно нанизывать на тонкий шнурок или леску (макароны, бусины), пересыпать ладошками или переключать пальчиками из одной емкости в другую, насыпать в пластиковую бутылку с узким горлышком и т. д.

Кроме того, для развития мелкой моторики рук можно использовать:

- **игры с глиной, пластилином или тестом.** Детские ручки усердно трудятся с такими материалами, выполняя с ними различные манипуляции - раскатывая, приминая, отщипывая, примазывая и т. д.
- **рисование карандашами.** Именно карандаши, а не краски или фломастеры, «заставляют» мышцы руки напрягаться, прикладывать усилия для того, чтобы оставить на бумаге след – ребенок учится регулировать силу нажима, для того, чтобы провести линию, той или иной толщины, раскраски.
- **мозаика, пазлы, конструктор** – развивающий эффект этих игрушек тоже невозможно недооценить. застёгивание пуговиц, «Волшебные замочки» - играют немаловажную роль для пальцев рук.

Систематическая работа в данном направлении позволяет достичь следующих положительных результатов: кисть приобретает хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, меняется нажим, что в дальнейшем помогает детям легко овладеть навыком письма.

Н. Л. Романович, воспитатель
МАДОУ ДСКН №9 города Сосновоборска



Консультация для родителей «Значение спортивных секций в здоровье дошкольника»

Всестороннее развитие ребенка должно включать себя обучение чтению, письму, математике, различным видам искусств. Но кроме эстетического воспитания необходимо прививать также и навыки физической культуры.

Детский спортивный кружок — это добровольные, а не принудительные занятия. Поэтому, если у детей действительно есть интерес к спорту, то им следует посещать специализированную секцию и развивать необходимые навыки. Хотя далеко не все становятся профессиональными спортсменами или тренерами, спорт способен развить у ребенка следующие позитивные навыки:

- забота о своем здоровье;
- отсутствие интереса к вредным привычкам — курению, алкоголю или наркотикам;
- способность работать в команде;
- умение дружить и помогать другим;
- целеустремленность;
- уверенность в себе и своих силах;
- развитие дисциплинированности.

Спорт необходим для гармоничного развития ребенка, поскольку он оказывает положительное воздействие на здоровье в целом. Дети так же, как и взрослые, сегодня слишком подвержены гиподинамии. Многие уже в школьном возрасте испытывают проблемы с суставами, осанкой или избыточным весом. Поэтому задача спортивных занятий заключается и в улучшении общего состояния здоровья дошкольников и школьников.

Какую пользу приносят детям различные виды спорта? Например:

Плавание. Способствует укреплению мышц спины, развитию правильной осанки, снимает усталость. Более того, оно положительно воздействует на психику детей, помогая успокоиться и сбросить напряжение. Начать занятия плаванием можно в любом возрасте — даже до 1 года. Но самым оптимальным считается младший школьный.

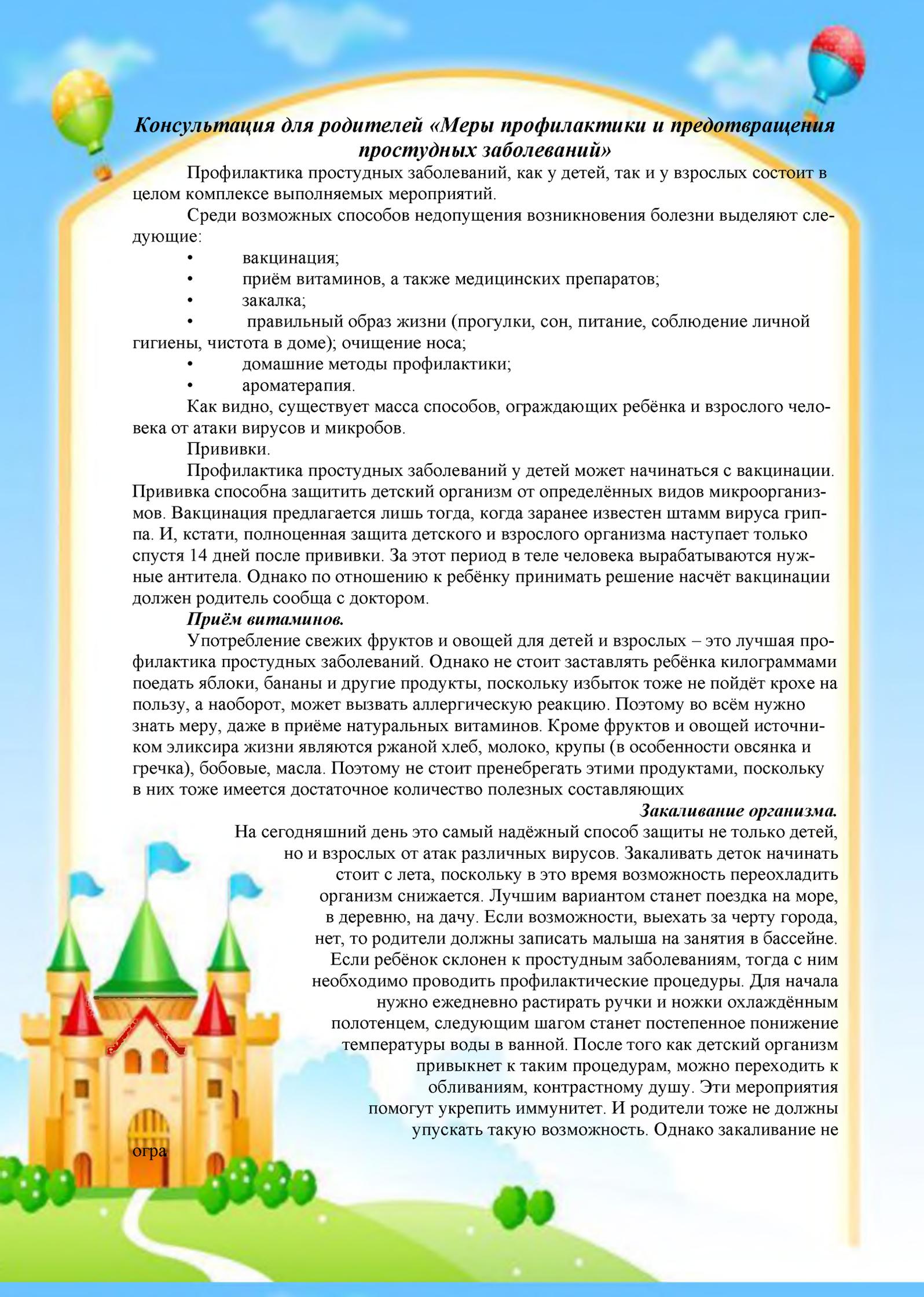
Фигурное катание. Занятия этим зимним видом спорта уменьшают риск развития простудных заболеваний. Врачи советуют часто болеющим детям заниматься в секциях фигурного катания. Это развивает ловкость, быстроту реакции, правильность осанки и координацию движений.

Художественная гимнастика. Долгое время этот вид спорта считался более подходящим для девочек. Но мальчикам ничто не мешает также активно им заниматься. Кроме полезных физических качеств — ловкости, гибкости, выносливости — художественная гимнастика способствует развитию эстетических навыков и чувства ритма.

Фехтование. Шпага позволяет развить скорость реакции, физическую силу и ловкость.

Полноценное развитие ребенка трудно представить без тренировки физических навыков. Даже если в будущем он не планирует стать профессиональным спортсменом, привычка к получению заряда бодрости и позитива останется с ним навсегда. Более того, дети, занимающиеся в спортивной секции, чувствуют себя гораздо увереннее и лучше успевают в школе.

Н. Л. Романович, воспитатель



Консультация для родителей «Меры профилактики и предотвращения простудных заболеваний»

Профилактика простудных заболеваний, как у детей, так и у взрослых состоит в целом комплексе выполняемых мероприятий.

Среди возможных способов недопущения возникновения болезни выделяют следующие:

- вакцинация;
- приём витаминов, а также медицинских препаратов;
- закаливание;
- правильный образ жизни (прогулки, сон, питание, соблюдение личной гигиены, чистота в доме); очищение носа;
- домашние методы профилактики;
- ароматерапия.

Как видно, существует масса способов, ограждающих ребёнка и взрослого человека от атаки вирусов и микробов.

Прививки.

Профилактика простудных заболеваний у детей может начинаться с вакцинации. Прививка способна защитить детский организм от определённых видов микроорганизмов. Вакцинация предлагается лишь тогда, когда заранее известен штамм вируса гриппа. И, кстати, полноценная защита детского и взрослого организма наступает только спустя 14 дней после прививки. За этот период в теле человека вырабатываются нужные антитела. Однако по отношению к ребёнку принимать решение насчёт вакцинации должен родитель сообща с доктором.

Приём витаминов.

Употребление свежих фруктов и овощей для детей и взрослых – это лучшая профилактика простудных заболеваний. Однако не стоит заставлять ребёнка килограммами поедать яблоки, бананы и другие продукты, поскольку избыток тоже не пойдёт крохе на пользу, а наоборот, может вызвать аллергическую реакцию. Поэтому во всём нужно знать меру, даже в приёме натуральных витаминов. Кроме фруктов и овощей источником эликсира жизни являются ржаной хлеб, молоко, крупы (в особенности овсянка и гречка), бобовые, масла. Поэтому не стоит пренебрегать этими продуктами, поскольку в них тоже имеется достаточное количество полезных составляющих

Закаливание организма.

На сегодняшний день это самый надёжный способ защиты не только детей, но и взрослых от атак различных вирусов. Закаливать деток начинать стоит с лета, поскольку в это время возможность переохладить организм снижается. Лучшим вариантом станет поездка на море, в деревню, на дачу. Если возможности, выехать за черту города, нет, то родители должны записать малыша на занятия в бассейне.

Если ребёнок склонен к простудным заболеваниям, тогда с ним необходимо проводить профилактические процедуры. Для начала нужно ежедневно растирать ручки и ножки охлаждённым полотенцем, следующим шагом станет постепенное понижение температуры воды в ванной. После того как детский организм привыкнет к таким процедурам, можно переходить к обливаниям, контрастному душу. Эти мероприятия помогут укрепить иммунитет. И родители тоже не должны упускать такую возможность. Однако закаливание не



заканчивается только лишь водными процедурами, к такому способу профилактики также относятся следующие пункты: частое проветривание комнат; хождение босиком в помещении, а также летом на улице, причём в любую погоду; приучение ребёнка к прохладному питью (например, сок из холодильника, молоко, ряженка). Главное правило закаливания – во всех процедурах нужно понемногу наращивать нагрузку, и тогда ребёнок не простудится, организм его станет крепче.

Укрепление иммунитета.

Профилактика гриппа и простудных заболеваний должна начинаться с базовых понятий, а это прогулки, сон, питание, чистота в доме. Следующие пункты должен выполнять каждый родитель, если он хочет, чтобы его ребёнок рос здоровым, крепким и счастливым: ежедневное проветривание квартиры; поддержание оптимальной температуры (21–23 градуса), а также влажности (50–70%) в помещении; частая уборка комнат, особенно если в доме есть животные; правильное питание всей семьи. Под этим понимается следующее: если ребёнок грудного возраста, то лучшей для него едой будет мамино молоко. Для деток постарше, а также взрослых, необходимо позаботиться о разнообразном питании: включении в рацион мяса, рыбы, свежих овощей и фруктов, молочных продуктов; ежедневные двухчасовые прогулки на свежем воздухе; мытьё рук – отличная профилактика простудных заболеваний. Ведь вредные микроорганизмы способны попадать через рот, нос, глаза, а если ребёнок ещё и начнёт трогать грязными руками лицо, то он без проблем подхватит вирус. Поэтому лучшая профилактика детских простудных заболеваний – это тщательное мытьё рук с мылом. Однако не всегда есть такая возможность (например, мама с малышом находится в магазине, транспорте), в этих случаях у родителя всегда должны быть под рукой влажные салфетки на спиртовой основе.

Промывание носа.

Для того чтобы укрепить защитные способности носовой полости, доктора советуют промывать её. Для этого отлично подойдёт поваренная или морская соль: на 1 литр воды потребуется 0,5 чайной ложки этого белого порошка. Промывание носа по утрам приводит к ликвидации вирусов, бактерий, а в период эпидемии количество процедур по очищению увеличивают до 3-х в день.

Народные средства.

Профилактика и лечение простудных заболеваний с помощью домашних методов может быть произведена по отношению к взрослым. Однако для маленьких детей не рекомендуется использовать народные рецепты без предварительной консультации врача. На самом деле существует масса различных способов предупреждения болезни и недопущения её возникновения. Самыми популярными являются такие методы профилактики и лечения простудных заболеваний в домашних условиях:

Ароматерапия.

Профилактика простудных заболеваний у детей таким способом по может избежать их, особенно в осенне-зимний период. Также эфирные масла будут кстати при уже появившихся симптомах болезни, в комплексном лечении они очень эффективны. Можно использовать аромалампы (продаются в магазинах фэн-шуй), аромакулоны. Также хорошим вариантом станут ингаляции с эфирными маслами. При простуде можно использовать лаванду, эвкалипт, пихту, шалфей, гвоздику. Для этого в воду добавляют всего 2 капли нужного растения, и человек вдыхает его пары. Однако с ароматерапией нужно быть осторожным по отношению к деткам до трёх лет, ведь эфирные масла могут вызвать сильную аллергию.

Консультация для родителей «Среда Монтеessori»

«Мы должны дать ему всё необходимое для его внутренней жизни и позволить творить свободно. В результате свободной деятельности ребенок сам строит себя как личность» утверждала Мария Монтеessori.

Что мы, родители, можем сделать для того, чтобы обеспечить ребёнку свободную деятельность?

Советы родителям

Терри Мелоу (из книги «Монтеessori и ваш ребёнок»)

Ваша домашняя обстановка

1. Покупайте одежду, которую ребенок может надеть или снять самостоятельно (брюки с эластичным поясом, рубашки с большими пуговицами, свитера с широким воротом).
2. Поставьте в комнате ребенка детскую мебель: низкий стол, зеркало, ящики (которые ребенок мог бы с легкостью открывать). Мебель должна быть прочной, легкой и соответствовать росту ребенка (вешалка, на которую ребенок мог бы самостоятельно вешать свои вещи и т. д.)
3. Сделайте комнату ребенка яркой, привлекательной и простой, используйте легко моющиеся поверхности. Тщательно отбирайте предметы для комнаты ребенка. Новые предметы предлагайте постепенно, не более двух одновременно.
4. Убирайте из поля зрения ребенка предметы, которые, по вашему мнению, могут быть испорчены им.
5. Выделяйте ребенку место в других местах дома для его личных вещей: полотенце, зубной щетки и т. д. Можете пометить каждое место цветной ленточкой так, чтобы ребенок мог легко узнать его.
6. Дайте ребенку в личное пользование чистящие материалы: маленькую губку, тряпку для пыли, веник и полировку для того, чтобы он сам мог убирать свою комнату.

Совместная деятельность

1. Водите своего ребенка в интересные места, такие как, библиотека, почта, местные фабрики, зоопарк, музеи, детский театр, пляж, парк, игровые площадки. Обсуждайте увиденное там.
2. Пусть Ваш ребенок участвует в домашних делах: покупка продуктов, приготовление пищи, уборка квартиры, садоводство, работы по дереву, шитье, давайте ему задания и необходимые материалы.
3. Делитесь с ребенком своими интересами и увлечениями: знаниями о спорте, птицах, марках, растениях, животных, вязании, рисовании, игре на музыкальных инструментах.
4. Давайте ребенку журналы для вырезания картинок и раскраски и обсуждайте с ним рисунки. Читайте и рассказывайте ему различные истории, покажите ребенку, как пользоваться магнитофоном.
5. Берите с собой ребенка в гости к родственникам и друзьям. Делайте визиты короткими, если ребенок устанет, дайте ему что-либо, чем он мог бы заняться. Поощряйте бабушку и дедушку в желании заниматься ребенком.
6. Покажите ребенку, как ухаживать за растениями и животными в вашем доме. Позвольте ему принимать ответственность за их уход по мере сил и возможностей ребенка.

Н. Л. Романович, воспитатель
МАДОУ ДСКН №9 города Сосновоборска



Самостоятельная деятельность ребенка

1. Предоставьте ребенку пластиковый тазик с водой, несколько пластиковых бутылок, воронку, губку, сито и фартук. Дайте ему возможность свободно использовать эти вещи и узнать свойства воды. Покажите ребенку, как следует убирать место где он занимался.
2. Давайте ребенку возможность для игр с песком: либо в песочнице, либо на пляже. Берите с собой ведерко, формочки, сито, воронку, лопатку, лейку для увлажнения песка. Дома дайте ребенку щетку и совок, и попросите его очистить предметы от песка.
3. Тесто для игры и формочки, пуговицы, крышки, скалка для теста могут заинтересовать вашего ребенка. С этими предметами он может заниматься довольно долго. Тесто можно легко приготовить, перемешав: 1 стакан муки, 1 ложку соли, несколько капель пищевого красителя и столько воды, чтобы тесто было густым. Тесто необходимо хранить в холодильнике.
4. К другим материалам, которые могут привлечь вашего ребенка, относятся: краски, большие деревянные кубики, книги, полки, камушки. Запомните, что у каждого предмета должно быть свое место и показывайте ребенку как пользоваться различными предметами.

Отношения и факторы влияния

1. Если отец проводит дни, работая вдалеке от дома, желательно чтобы ребенок видел его за работой в домашних условиях. Когда ребенок видит, как отец выполняет какую-то работу дома, ему легче представить что значат слова «папа на работе».
2. Создавайте условия для новых, впечатлений: поход в парикмахерскую, к врачу или в школу. Объясните кратко и спокойно цель визита и сообщите ребенку о нем заранее.
3. Отвечайте честно и просто на все вопросы Вашего ребенка. Никогда не лгите ему.
4. Если у Вас возникают некоторые трудности в воспитании Вашего ребенка, обращайтесь за консультацией к учителю или врачу.

Н. Л. Романович, воспитатель
МАДОУ ДСКН №9 города Сосновоборска



Консультация для родителей «Тревога и здоровье ребёнка»

Здоровый, веселый. Эти два понятия всегда стоят рядом. Здоровье кажется неполным, если ему не сопутствует бодрое настроение, жизнерадостность, оптимизм, а присутствует ощущение опасности, тревога.

Причины детской тревоги разные. Иногда она возникает еще до появления ребенка на свет, при неблагоприятных воздействиях, которые перенесла мать во время беременности.

Будет ли проявление тревоги кратковременным или затянется надолго, станет она ярко выраженной или незначительной, наконец, самое главное, вырастет ли из тревожного ребенка спокойный взрослый человек – это зависит от условий жизни, правильного поведения окружающих взрослых, родителей.

Тревога угнетает ребенка, подавляют его активность, инициативу, и нередко делает беспомощным. Ребенок боится оставаться один в комнате, боится новой обстановки, незнакомых взрослых и детей.

Тревожные дети бывают то слишком веселы, много говорят, быстро и суетливо двигаются, то расстроены и даже угнетены, безучастны, вялы. Они могут быть замкнутыми, обидчивыми, избегают общих игр. Им очень мешает неуверенность в себе: они боятся, что не справятся с порученным делом. Для них тягостны любая перемена обстановки, любое переключение с привычного образа жизни на не привычный. Черты упрямства, негативизма (стремление делать противоположное тому, о чем их просят) могут проявляться у всех детей, однако у тревожного ребенка они длительны и значительно выражены.

Как же сделать, чтобы ребенок был спокойным? Надо, чтобы он сам учился находить в окружающей обстановке спокойствие, радость, умел извлекать интересное из повседневного; все, что он делает, делать с удовольствием. Разделяйте радость ребенка, даже если, с вашей точки зрения, он радуется пустяку: красивому листику, найденному на дороге, солнечному зайчику, морозному узору на стекле. Обращайте его внимание на все интересное, приятное, веселое, а не только на опасное или нежелательное. А ведь бывает, что ребенок не слышит ничего, кроме "Не лезь – упадешь", "Не трогай – будет больно". Еще хуже, когда детей запугивают волком, "Дедом с мешком" и т.д.

Тон разговора с ребенком должен быть всегда ровным, спокойным. Будьте одновременно мягки и решительны: считаясь с особенностями ребенка, не уступайте любому его капризу. Пока ребенок возбужден, всякое вмешательство бесполезно и может только усилить его упрямство. Но как только он успокоился, необходимо разъяснить ему недопустимость такого поведения. Терпение, ровное обращение и спокойствие всегда приводят к положительным результатам.

Психологами доказано, что 8-10 объятий ребенка родителями ежедневно помогают чувствовать ребенку себя гораздо счастливее, спокойнее, быстрее и безболезненно преодолевать трудности и тревоги жизни, становится более ответственными.

Помните всегда: на ребенка гораздо больше действует не то, что говорит родитель, а то, что он делает. Если дети чувствуют поддержку, они становятся более уверенными, активно принимают участие в самых разных домашних и общественных делах. Дети особенно любят, когда их привлекают к приготовлению пищи или к обсуждению каких-либо важных мероприятий.

Повышайте самоуважение ребенка. Постарайтесь вызвать ребенка на откровенный разговор, узнать, что его беспокоит, как и почему возникло у него чувство тревоги.

Если дети чувствуют себя в безопасности, они учатся доверять. Если дети чувствуют дружеское отношение, они учатся находить в мире любовь и спокойствие, контролировать себя, свои чувства тревоги, неуверенности. Они быстрее находят такие формы поведения, которые помогают им ввести свои желания и интересы в социально приемлемые рамки.

Н. Л. Романович, воспитатель.

Консультация для родителей

«Что нужно ответить, когда ребёнок продолжает вас уговаривать?»

Что делать, когда ребёнок продолжает Вас уговаривать снова и снова, хотя Вы ему уже всё подробно объяснили и дали отказ? Именно такие уговоры ребёнка очень сильно раздражает родителей. Итак, предположим, Ваш ребёнок спрашивает: можно ли ему прямо сейчас торт? (а время близится к обеду)

1) Первое, что нужно сделать: без раздражения, спокойно дайте ребёнку понятный и вразумительный ответ: почему именно сейчас скушать торт нельзя. В Вашем ответе НЕ должно быть таких ответов, как:

- Нет и всё!..
- Я сказала, нет, значит, нет.
- Не говори глупостей.
- А умнее ты придумать ничего не мог?
- Сам подумай своей головой.

Эти формальные и обидные фразы ничего не объясняют ребёнку, а только дают старт конфликту. Объясните ребёнку чётко и понятно настоящую причину отказа и правило, которое за этим стоит.

2) Второе — предложите ребёнку альтернативу.

Например: – Торт будет ждать тебя в холодильнике и, когда ты пообедаешь, то сразу же сможешь его съесть. Объясните ребёнку: как, где и каким образом у него есть возможность получить/сделать то, о чём он сейчас просит. Уточните, услышал ли Вас ребёнок.

Понял ли Ваше объяснение. *(Это сделать очень важно, и далее Вы поймёте, почему).*

И теперь наступает самый главный момент.

(Я надеюсь, что до этого момента Вы обычно всё делаете так, как описано выше.)

3) Третье. И вот, ребёнок снова начинает спрашивать о том, о чём Вы ему только что так всё подробно и популярно объяснили!!! Всё у Вас внутри начинает закипать! Неужели вам снова нужно объяснять ему одно и то же? Опять? Нет!

И вот Вам волшебная, спасательная фраза на такие случаи:

– *Мой хороший, ты меня уже об этом спрашивал?*

Дождитесь ответа. Ребёнок кивает головой.

– *Я тебе на этот вопрос уже отвечала?*

Дождитесь ответа. Ребёнок кивает головой.

– *Больше мне сказать об этом нечего.*

И каждый раз, когда ребёнок снова начинает подходить к Вам с этим вопросом, Вы отвечаете ему одно и то же:

– *Ты меня об этом уже спрашивал, я тебе уже ответила.*

И еще: секрет успеха заключается не только в этой фразе, но и в вашем ТОНЕ, говорите эти слова спокойно и доброжелательно, без раздражения и злости. И Вы увидите, насколько эта фраза облегчит вам жизнь и поможет лишний раз не срывать своё раздражение на ребёнке. Надеюсь, мой совет будет для Вас полезен!

