

Нас объединяет любовь к детям!



февраль, 2020 г.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей №132

Ежемесячная информационная газета для заботливых родителей.



Дорогие Мужчины!

**В день защитника Отечества хочется пожелать Вам мира
благополучия!**

Пусть жизнь будет счастливой.

Здоровье крепким, а энергия неиссякаемой!!!

Читайте в номере:

1. «Воспитываем вместе» - Что рассказать ребёнку о 23 февраля
2. «В преддверии праздника 23 февраля» - рекомендации родителям
2. «Родителям следует знать». – Агрессивный ребёнок
3. «Спокойные игры перед сном!
4. «Мы здоровыми растём» - Как укрепит здоровье ребёнка в зимнее – весенний период.
5. «Детская жадность или как научить ребёнка делиться?»
6. «Ребёнок учится тому, что видит у себя в доме»

**Главный редактор:
педагог-психолог: Гончарова Е.В.**





Что рассказать ребёнку о 23 февраля

Воспитатель – Баруткина Юлия Михайловна

У современных мам и пап зачастую возникают вопросы, которых у их родителей просто не существовало. Например, что рассказать ребёнку о 23 февраля, который в нашей стране уже превратился во «всероссийский мужской день»?

Еще 30 лет назад эта информация попадала к ребёнку сама собой. День Советской армии и Военно-морского флота – это праздник тех, кто защищает нашу страну. От кого? От врагов, чтобы не было войны. Какой войны? Да вот же, дедушка-ветеран, он сейчас расскажет о Великой Отечественной войне... А поздравлять надо всех мужчин, ведь они все (ну, или почти все) служили в армии – это почетная обязанность каждого мужчины.

Сегодня ветеранов остается все меньше, война для современных малышей – далекая история. Если в семье или среди близких друзей нет военных, то смысл праздника может ускользнуть от малыша.

2-3 года. Защитник - это тот, кто защищает.

Поскольку представления о военных конфликтах в этом возрасте еще весьма смутные, да и знания о родине тоже неполные, при объяснении смысла праздника лучше отталкиваться от понятия «защитник».

Кто такой защитник? Тот, кто оберегает, помогает тому, кто слабее. Защитить можно малыша песочнице или, к примеру, котенка от собаки. Защищать можно не только отдельного человека, но и страну. Все мужчины готовы защищать родину, поэтому нужно поздравить папу, дедушку, дядю.

4-5 лет. Есть такая профессия – Родину защищать. В этом возрасте ребенок уже знакомится с такими понятиями как «война», «армия», понимает, чем различаются рода войск. Именно на армии нужно делать акцент, обсуждая с ребенком этот праздник. Расскажите ему о том, что у каждого государства есть армия, которая защищает его границы и не позволяет никому обидеть наших граждан

В армии служат сильные и храбрые воины, но в нашей стране каждого мужчину могут призвать в армию, если страна будет в опасности. Обсудите с ребенком, какие это могут быть опасности – это хороший повод побеседовать о нашей истории, как минимум – о Великой Отечественной войне.

Отталкивайтесь от интересов ребенка. Если у него есть игрушечные солдатики – разыграйте вместе с ним сражение. Если он обладатель целой коллекции машинок - добавьте к ней игрушечный танк и самолет. Непоседе, который не сидит ни минуты на месте, можно устроить урок строевого шага. Маленькому знайке можно подобрать иллюстрированные книги по истории.

6-7 лет. Российская империя. СССР. Россия. В этом возрасте ребенок уже знаком с самим праздником, но еще плохо ориентируется в отечественной истории. Это хороший повод поговорить о государственном устройстве страны. Объясните ему, что мы живем в России, и мы – россияне. Но еще недавно Россия входила в состав другой страны – СССР. Это союз государств, который более 70 лет объединял разные страны, которые потом решили жить отдельно.

Вне зависимости от того, какого мнения вы придерживаетесь относительно вопроса обязательной армейской службы, объясните, что **ЗАЩИТА РОДИНЫ – ДОЛГ КАЖДОГО МУЖЧИНЫ.**

КАК УКРЕПИТЬ ЗДОРОВЬЕ РЕБЁНКА В ЗИМНЕ – ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

В медицинской литературе можно встретить информацию о том, что 5-6 простудных заболеваний у ребенка в год – норма, а это значит, что считается в порядке вещей, если малыш болеет каждые два месяца.

Существует несколько простых правил, позволяющих существенно снизить вероятность возникновения простудных заболеваний. Попробуем их обобщить:

1. Свежий воздух. Прогулки с малышом возможны от -15 до +30 градусов, т.е. практически любое время года. Дождь, снег и умеренный ветер – также не препятствия для того, чтобы вывести ребенка на улицу хотя бы на полчаса. Но кроме прогулок необходимо помнить еще об одной важной процедуре, которой зачастую пренебрегают – проветриванием. Когда ребенок находится на улице, открывайте ВСЕ форточки в доме, а еще лучше – окна (по возможности). Температура в 15 градусов – это не холодно, а оптимально для сна, лучше надеть на ребенка теплую комфортную одежду, укрыть одеялом. Однако сквозняков следует избегать, когда ребенок находится в помещении.

2. Одежда малыша. Нередко родители уже осенью спешат нарядить свое чадо в зимний комбинезон, да еще и завернуть в одеяло. Дома дети зачастую тоже укутаны в несколько слоев одежды. Этим мы нарушаем естественную терморегуляцию организма малыша и, как следствие, его сопротивляемость инфекциям. Прохладные ручки, ножки и даже нос – не показатель того, что ему холодно. Если хотите проверить, тепло ли ребенку, потрогайте его тело за воротничком в области спинки. Если оно теплое – значит, все в порядке. Дети переносят перегрев гораздо тяжелее, чем охлаждение. Летом используйте любую возможность дать ребенку походить без обуви. Конечно, асфальт для этого не подходит, но трава, песок, даже неострые камешки – все это помогает не только закаливанию ребенка, но и развитию его моторики.

3. Водные процедуры. Не стоит приучать ребенка к купанию в горячей воде. Очень многие дети ощущают температуру в 37-38 градусов как некомфортную, им жарко. Постепенно снижайте интенсивность нагрева воды в ванной до 30 градусов и несколько ниже. Холодные и контрастные обливания также обычно нравятся детям, но вводить их следует постепенно. После полутора лет не бойтесь купаться с детьми в открытых водоемах, если они достаточно чистые.

4. Естественный бактериальный фон. Не стремитесь создать вокруг ребенка стерильную среду, обрабатывая все предметы вокруг дезинфицирующими средствами. Достаточно простых правил гигиены. Бактерии, окружающие малыша в естественных условиях, также способствуют постепенной выработке иммунитета. Но и рисковать, посещая общественные места во время эпидемий вирусных инфекций или допуская близкий контакт ребенка с больным человеком, тоже не стоит. Лучше воздержаться даже от планового посещения педиатра во время массовых заболеваний гриппом или ОРЗ.

5. Питание. Питание должно быть разнообразным. Стоит учитывать, что белок, например, способствует укреплению иммунитета, содержащиеся в мясе и рыбе железо и цинк обладают противовирусной активностью, а также являются антиоксидантами, как и витамины А, С, Е, содержащиеся в овощах и фруктах. Кальций, содержащийся в молочных продуктах, уменьшает проницаемость сосудов и оказывает противовоспалительное действие, кисломолочные бактерии формируют здоровую кишечную микрофлору. Витаминно-минеральные комплексы, грамотно подобранные педиатром, также помогут поддержать иммунитет ребенка, особенно в зимне-весенний.

Комплексное использование всех этих простых рекомендаций позволяет снизить риск возникновения простудных заболеваний в 2-3 раза.

Здоровья вам и вашим детям!



«РОДИТЕЛЯМ СЛЕДУЕТ ЗНАТЬ»

**Педагог – психолог:
Евгения Владимировна Гончарова.**

АГРЕССИВНЫЙ РЕБЁНОК

Агрессивный ребенок – это ребенок с деструктивным поведением, направленным на других людей, и приносящее физическое или моральное страдание. От такого состояния страдают не только родители, но и сам ребенок, потому что у него появляется обида из-за отторжения окружающих. Недопонимание ребенка порождает отрицательные эмоции, которые способствуют еще большей агрессии с его стороны.

Причины агрессии ребенка

- Страх и волнение, как ответная реакция на опасность;
- Запрет родителей;
- Попытка отстоять свои интересы;
- Невыполнение его желаний окружающими;
- Попытка показать свою самостоятельность и независимость.

Иногда для успокоения малыша достаточно правильно подобрать и произнести лишь одну фразу, которая окажет воздействие на него или же заинтересует.

Существует 3 вида физической агрессии:

1. Прямая, где целью гиперактивного ребенка является нанесение физической боли своему «противнику». Чаще всего это драка, укусы, царапание;
2. Косвенная. Ребенок реагирует на вещи объекта злости и на фоне нервного состояния пытается сломать или испортить его личную вещь (игрушки, книжки и другие принадлежности);
3. Символическая – агрессивно настроенный ребенок угрожает в применении силы. Если же угроз будет недостаточно, то он может привести в действие свои слова.

Агрессия у 2-3 летнего ребенка

В этом возрасте дети немного эгоистичны и не намерены делиться своим имуществом (игрушками). В случае если кто-то пытается забрать его у него, последует ответная реакция: малыш может бросить игрушку в объект своей злости, ударить или просто заплакать. Происходит это из-за того, что он не способен понять, что другому человеку больно. В такой ситуации не нужно его ругать, лучше подойти к пострадавшему, погладить его и извиниться. Если такой наглядный пример не увенчался успехом, то рекомендуется изолировать его от окружения: как пример, вывести с детской площадки и заставить сидеть отдельно.

Психологами установлен факт того, что ребенка нужно воспитывать с самого раннего детства. Рекомендуется либо наказывать агрессивных детей, либо игнорировать такое поведение, совсем не делая никаких замечаний. Второй способ идеально работает на маленьких детях. Суть в том, чтобы не замечать агрессии и не наказывать за нее, но хорошо поощрять добрые деяния, чтобы агрессор понял какое его поведение будет для него выгоднее. Таким образом, агрессия не закрепится в его подсознании.

Агрессивный ребенок дошкольного возраста

Все чаще ребенок дошкольного возраста проявляет агрессию: дерутся, употребляет нецензурную брань и придумывают обидные прозвища. Нередко ребенок старается подражать своим родителям, поэтому рекомендуется на собственном примере показывать свою доброжелательность и словесно объяснять. В случае если ребенок будет наблюдать неприемлемое поведение взрослых, он незамедлительно среагирует: начнет подражать, а если такое поведение не будет пресекаться замечанием или иной реакцией, то в скором времени непослушный малый будет периодически пребывать в таком состоянии.

СПОКОЙНЫ ИГРЫ ПЕРЕД СНОМ

Очень мало детишек самостоятельно ложатся спать. Поэтому детский сон для родителей – настоящая награда, которую обязательно нужно заслужить, пройдя через множество испытаний – слезы, крики и уговоры. Однако есть и спокойные игры, которые настраивают ребенка на сон. Игры перед сном можно проводить в кровати. Там малыш расслабится и в последующем легко заснет.

Существует множество спокойных игр.

«Три тишины» Правила такой игры перед сном очень и очень просты. Нужно создать абсолютную тишину, а после прислушаться, что происходит вокруг и какие звуки окружают малыша. К примеру, жужжит компьютер или стрекочут кузнечики. Нужно рассказывать, кто какой звук услышал.



«Волшебный ковер» Можно выделить небольшой коврик и рассказать ребенку, что ковер этот не простой, а волшебный. А перед сном, чтобы малыш успокоился, можно садиться с ним вместе на этот необыкновенный коврик и начинать рассказ. Для этого малыш должен сидеть с закрытыми глазками. Вы же в свою очередь начинаете сказку со слов «Сегодня наш волшебный ковер полетит...», малыш же должен дополнить, куда вы отправитесь. Далее повествование ведут по очереди, дополняя друг друга и фантазируя. Такая игра отлично развивает творческое мышление ребенка.

«Дневничок» Попробуйте вести дневничок с ребенком и перед сном вдвоем записывать события, произошедшие за день.

«Волшебная спинка» Попробуйте пальцем рисовать что – то на спинке у ребёнка. Малыш же в свою очередь должен угадать, что нарисовано.

« Кто к нам пришёл?» Также можно придумать животное, а после «потопать» руками по спинке ребёнка так, чтобы он угадал, что за зверёк пришёл.

«Волшебный мешочек» Положите в мешочек небольшие игрушки, попросите ребенка опустить ручку в мешок, взять одну из игрушек и, не вытаскивая таковую из мешочка, на ощупь угадать, что у малыша в руке. Можно на животик ребенка положить его любимую игрушку. Малышу необходимо глубоко дышать. Так, чтобы игрушечка «плыла» на поднимающемся животике. Это упражнение похоже на упражнения йоги. Оно замедляет дыхание и успокаивает, что отлично подойдет в качестве игры перед сном.

«Логические цепочки» Положите перед малышом разные геометрические фигурки. И начинайте их раскладывать, например: «квадрат, круг, треугольник, квадрат, круг...» попросите ребёнка продолжить цепочку.

Многие спокойные игры перед сном развивают внимание, творческое мышление и память вашего ребенка. Поэтому не стоит пренебрегать такими спокойными, но интересными занятиями

Специалисты рекомендуют

В преддверии праздника 23 февраля рекомендуем родителям познакомить детей с различными родами войск.

Кто, ребята, на границе нашу землю стережет?

Чтоб работать и учиться

Мог спокойно весь народ? (Пограничник)

Первый род войск - это **пограничные войска**. Пограничники – это солдаты, которые охраняют границу. Они первыми встречают вражеские войска, когда переходят границу. В пограничном отряде есть проводник с собакой. Собака помогает пограничникам, идёт по следу. Есть такое военное подразделение – кинологическое. Обучают, тренируют и заботятся о собаках – кинологи

Сухопутные войска. В сухопутных войсках служат пехотинцы, артиллеристы, ракетчики, танкисты. Танки – самоходные машины на гусеничном ходу, что позволяет им проходить по любой местности. Танки снабжены пушками и пулемётами. Ещё в сухопутных войсках служат связисты, военные строители.

Военно-воздушные силы защищают наше Отечество с воздуха. Лётчики – члены экипажа самолёта или вертолёта – должны не бояться высоты.

Воздушно-десантные войска (ВДВ), Они там, где самая большая опасность, где требуется сила и отвага. Именно они на сегодняшний день главные люди, которые борются с террористами.

Военно-морской флот. Морские просторы нашей Родины защищают военные корабли. Там служат моряки, среди них есть и капитаны. Это командиры корабля, они в ответе за весь корабль. Большие надводные корабли оснащены пушками, ракетами. Они могут защищать нашу Родину на воде.

Самолет парит, как птица,
Там — воздушная граница.

На посту и днем и ночью
Наш солдат — военный...

(летчик)



Кто плывет на корабле?

Он не тоскует о земле.

Он с ветром дружит и волной
Ведь море-дом его родной.

Так кто ж, ребята, он такой? (Моряк)



Снова в бой машина мчится,
Режут землю гусеницы.

Та машина в поле чистом
Управляется...(танкистом)



Утренняя зарядка «День защитника Отечества»

1. «Моряки»

И.п.: о.с., руки перед грудью, ладошки вниз

1-2-3-попеременно встать на пятки, одновременно выполняя «гребок» руками от себя вперед - в стороны, 4-вернуться в и.п.

2. «Подводники»

И.п.: ноги на ширине плеч, руки за голову. 1– наклон к правому носку, задеть руками

2-исходное положение. 3-4 - то же влево. Повторить по 6 раз в каждую сторону

3. «Летчики»

И.п.: ноги на ширине плеч, руки перед грудью, ладошка к ладошке 1-поворот вправо, руки в стороны ; 2-исходное положение 3-4 – тоже в другую сторону. Повторить по 6 раз в каждую сторону

4. «Саперы» - они должны быстро встать или сесть, чтобы разминировать мину

И.п.: ноги крестиком, руки в замок вперед

1-сесть на пол без помощи рук 2-встать без помощи рук. Повторить 10 раз

5. «Танкисты»

И.п. – лежа на спине руки в замок на животе 1-сесть, руки – дуло танка вперед 2-и.п. Повторить 10 раз

ДЕТСКАЯ ЖАДНОСТЬ ИЛИ КАК НАУЧИТЬ РЕБЁНКА ДЕЛИТЬСЯ?

В определённый момент, примерно с двух лет, мы можем наблюдать ситуации, когда наш малыш перестаёт делиться своими игрушками. Хотя раньше отдавал всё любому ребёнку. Конечно, нам очень хочется, чтобы наши малыши делились, менялись и общались с другими детками. Но если ребёнок не хочет отдавать что-то свое – это его полное право. Несмотря на слёзы другого малыша и уговоры мамы.

В ситуации, когда ребенок не хочет давать игрушки другим деткам, нужно всегда оставаться на стороне своего карапуза. И у Вас не должно возникать даже мысли его отругать, сказать, что он жадный или, что самое ужасное, отобрать игрушку и отдать её другому (чужому) ребёнку.

Представьте себе, если бы у Вас попросили вещь, которая Вам нужна (или Вы просто не хотите её давать безо всяких причин), то исход, наверняка, был бы очевиден. Вещь бы осталась у Вас, сколько бы Вас не уговаривали, как бы сильно не топали ногами и сколько бы угодно не называли «жадиной».

Дети, начиная с двух лет, воспринимают игрушки как часть себя. И намерение одного ребёнка взять игрушки другого в данный период жизни расцениваются как вмешательство в личное пространство.

Довольно часто мы можем наблюдать картину, как мама ругает своего ребёнка за то, что он не поделился. При этом используются такие фразы: «какой ты жадный», «как некрасиво ты поступил», «с тобой тоже никто не будет делиться» и т.д. И в итоге, не получив желаемого результата, некоторые мамы просто отбирают предмет спора у своего малыша и отдают другому. Результат такого воспитания – плачущий ребёнок, который совершенно не понимает, за что его отругали, да еще и отобрали любимую игрушку. Но самое непонятное в этой ситуации это то, что мама встала на защиту совершенно чужого ей ребёнка.

Если Ваш ребенок не делится игрушками, никогда не делайте так:

- Не говорите, что он жадный и плохо поступает. Это его игрушки, малыш вправе распоряжаться ими так, как хочет.
- Не отбирайте игрушку, чтобы отдать другому ребенку. Для детей такой поступок мамы равносителен предательству.
- Не извиняйтесь перед мамой ребенка, который просит что-то у вашего сына или дочки. Это нормальная ситуация, и ваш малыш имеет право не делиться.
- Не позволяйте другим родителям говорить, что ваш ребёнок жадничает.
- Не стоит вызывать чувство вины у малыша из-за того, что плачет другой ребенок. В данной ситуации хозяин игрушки ни в чем не виноват. А вот другому малышу мама как раз должна объяснить, что есть свои игрушки и есть чужие, которые принадлежат другим детям.
- Не запрещайте ребенку забрать уже взятую у него игрушку. Просто объясните, что это нужно сделать вежливо, без применения физической силы. Если же не получается, то обратиться к маме ребенка, чтобы она сама забрала и отдала игрушку.

Если же Вы всё-таки хотите, чтобы ваш малыш поделился игрушкой, то:

- Расскажите, что он отдает свою вещь не навсегда, а только на время, и что другой ребенок поиграет немного и сразу отдаст.
- Предложите другому малышу на что-нибудь поменяться. Возможно, у него есть то, что заинтересует вашего малыша. Дети очень любят новые игрушки (особенно, если они чужие).
- Дайте своему ребенку возможность выбора. Пусть он сам решит, хочет он делиться или нет.
- Расскажите, что и другие дети могут не поделиться чем-то интересным. Только об этом нужно говорить без упрека и позитивном ключе.
- Когда игрушка одна, а хотят играть двое, то можно попробовать установить очередность. При этом необходимо контролировать этот процесс до конца игры, так как детям сложно ориентироваться во времени.

Но если никакие уговоры не помогают, не расстраивайтесь. Это просто особенности возраста. Когда у Вашего ребенка появятся друзья, он с удовольствием будет с ними играть, делиться и обмениваться игрушками.

