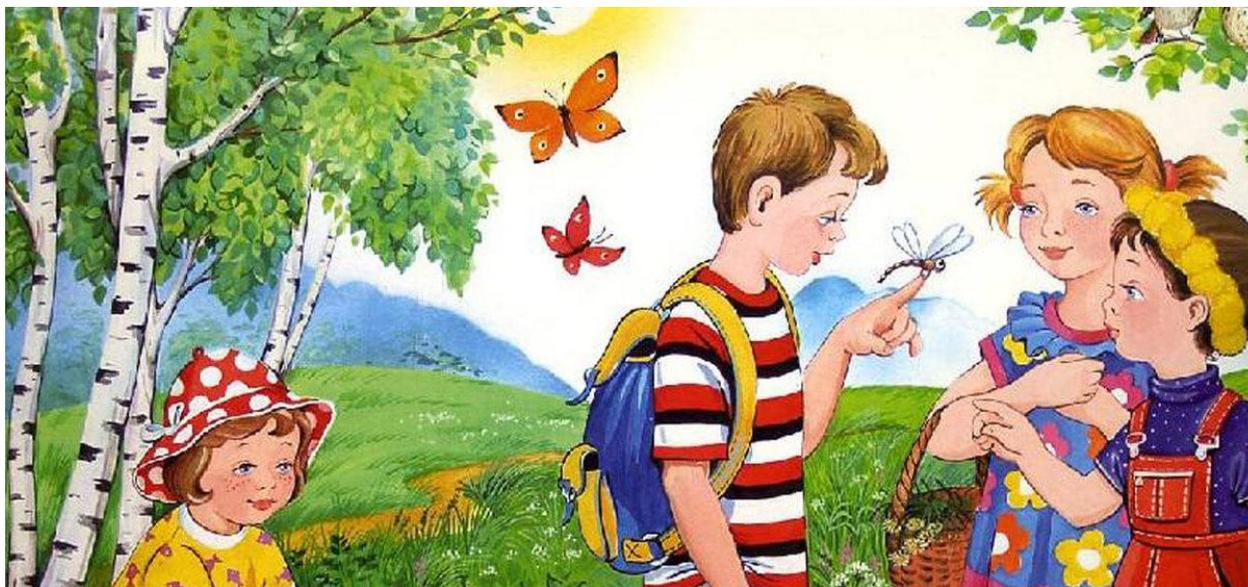


Консультация для родителей

"Скоро лето"



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ДОШКОЛЬНИКОВ НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД.

Лето – благоприятный период не только для отдыха и укрепления здоровья детей, но и для их психического развития. В это время года дети с помощью взрослых могут расширить свои представления об окружающем мире, развить внимание, память, наблюдательность, умение сравнивать, обобщать, классифицировать, обогатить словарный запас, а также проявить творческие способности. Всё это очень важно для их эмоционального и нравственного благополучия и подготовки к школьному обучению. Во время совместного досуга советую:

1. Знакомить детей с природными явлениями, происходящими летом в неживой и живой природе. Учить видеть природные взаимосвязи. (Например, тучи на небе, значит, будет дождь. Цветы одуванчика закрыты в пасмурную погоду или вечером и т.п.)
2. Гуляя в парке и лесу, наблюдать за разными представителями животного мира, рассматривать деревья, кустарники, цветущие травы. И обязательно предлагать ребёнку рассказать о том, что он увидел. Что растёт в лесу (в поле, на лугу), кто там живёт? Воспитывать бережное отношение к природе.
3. Рассматривать растения, называть их части: ствол, ветка, лист, цветок, плод, корень, лепесток, . Учить различать и называть несколько видов деревьев и кустарников. Сравнить их, определяя сходство и отличие. Например, сравнить клён и берёзу, ель и сосну, сирень и рябину.
4. Проводить дидактические игры: «С какого дерева лист», «Найди такой же лист », «Узнай и назови» (дерево, куст, на картинке или в природе), «Что лишнее?».
5. Учить различать и называть несколько видов полевых и садовых цветов. Дидактическая игра на группировку цветов «На лугу – на клумбе».

6. Учить стихи о цветах и деревьях: Е. Благинина «По малину», «Рябина», Е. Серова «Колокольчик», «Ландыш», «Кашка», «Одуванчик», И. Токмакова «Ели», «Берёзы», «Сосны», «Дуб», З. Александрова «Букет».

Читать рассказы о растениях и беседовать по их содержанию: А. Онегов «На лесной поляне», М. Пришвин «Золотой луг» и другие.

7. Отдыхая на реке, озере, море тоже развивайте детскую наблюдательность и умение сравнивать. Чем похожи, чем отличаются эти водоёмы? Объясните, что такое течение, берега, волны, прибой. Наблюдайте с малышом за рыбками, чайками.

8. Летом создавайте детям условия для игр с природным материалом (шишками, камешками, листьями, веточками, песком, глиной и пр.) Дети учатся использовать предметы - заместители (например, палочку вместо ложечки для куклы, камешки, вместо конфет для неё). Это развивает фантазию и творческие способности.

9. Учите ребёнка различать и правильно называть величины предметов и объектов, а не только «большой – маленький». Например, ствол толстый и тонкий, дерево высокое и низкое, ветка длинная и короткая, река широкая, а ручей узкий и т.д.

10. Разнообразие летних красок, поможет учить с детьми названия цвета, в том числе и оттенков. Поиграйте с ними так: «Разные краски лета», «Цветные фоны», «Собери одинаковые по цвету».

11. Учите ориентироваться в пространстве. Этому поможет дидактическая игра «Спрячь игрушку» (под стул, на полку, за спину, т.д.), «Делай, как я скажу» (два шага вперёд, один шаг вправо, подними левую руку вверх, закрой правой рукой левый глаз и т.д.). Ориентироваться на плоскости листа научат задания типа: «Положи в центр листок клёна, в правый верхний угол - шишку ели, в левый верхний угол - шишку сосны, правый нижний угол - ромашку, в левый нижний угол - василёк».

12. Упражняйте детей в счёте до 10 и обратно, опять же используя природный материал (шишки, камешки, лепестки, листья и пр.).

13. Учите детей сравнивать. Например, дерево и бревно, птицу и самолёт, ромашку и колокольчик, яблоко и грушу, девочку и куклу. В чём их отличие и есть ли сходство? Почему? Учите ребёнка доказывать своё мнение.

14. Работая на огороде и во фруктовом саду, дайте детям на наглядном примере понять процесс выращивания растений из семян, расскажите о зависимости их роста от природных условий (света, влаги, тепла). Учите наблюдать за ростом и созреванием овощей, фруктов и ягод и привлекайте к посильной помощи.

15. Учить детей ежедневно рассказывать о погоде, о том, что они увидели, чем занимались. И если малыш допускает ошибки в построении предложений, исправьте его. Это способствует развитию грамматического строя и связной речи ребёнка.

16. Развивайте речевое дыхание ребёнка, предлагая подуть в соломинку или на одуванчики, надувая шарики или мыльные пузыри.

Всё это сформирует у детей целостное представление о лете как о времени года, расширит их кругозор, разовьёт интеллект и любознательность, приобщит к удивительному миру природы. И, что особенно важно, совместный досуг, общие дела и игры сближают детей и родителей, улучшают домашний микроклимат и способствуют укреплению семьи.

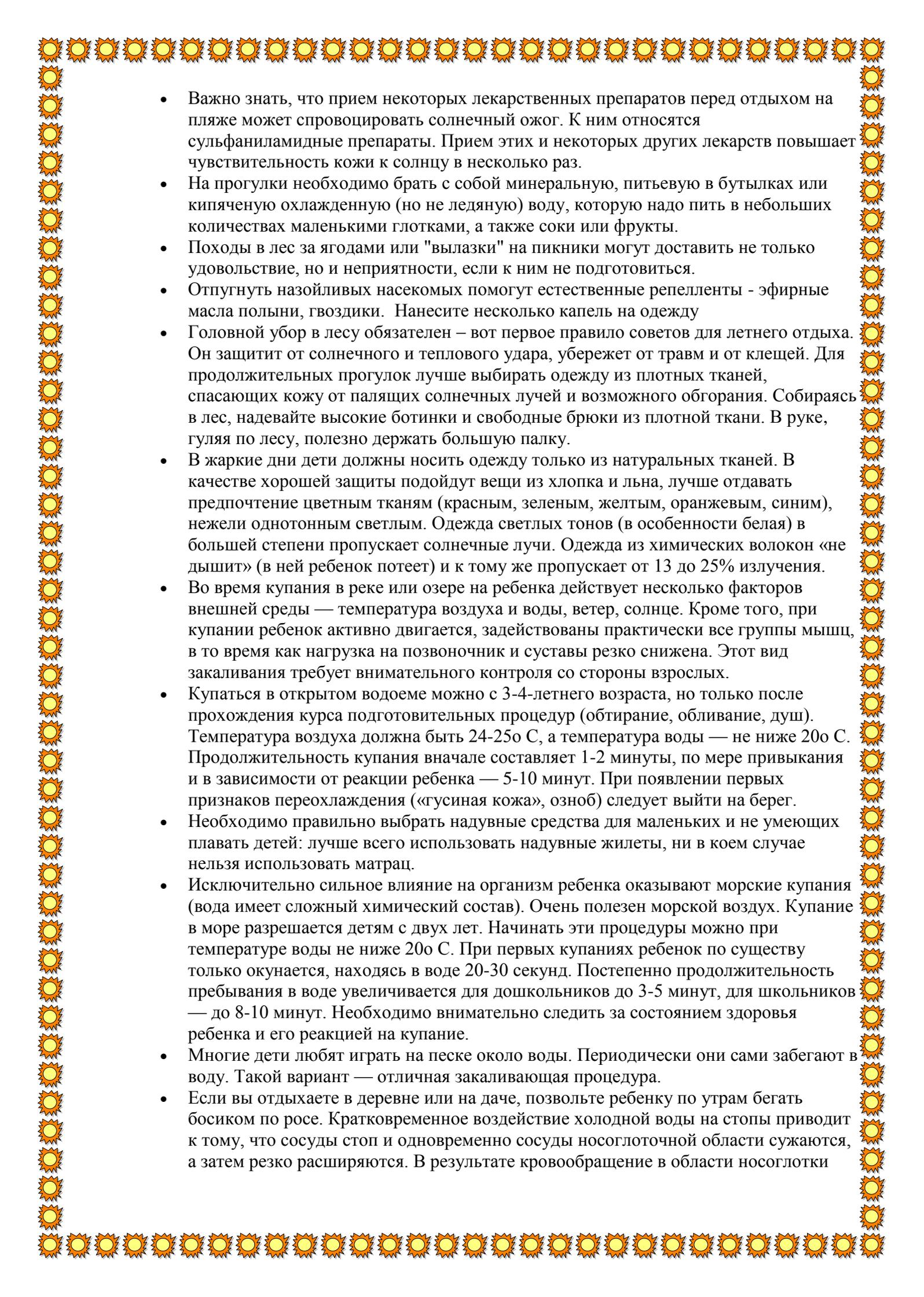
Как оздоровить ребенка летом?

Летние каникулы — самое благоприятное время, когда необходимо использовать все имеющиеся возможности для оздоровления ребенка. Летом дети должны быть на свежем воздухе как можно дольше. Прогулки, игры, физкультурные занятия — лучший отдых после учебного года (с поступлением ребенка в образовательное учреждение его двигательная активность снижается на 50%).

Не рекомендуется допускать значительных отклонений в режиме дня: время пробуждения и отхода ко сну должны быть примерно такими, как во время учебного года, или изменены в разумных пределах. Рацион должен содержать достаточное количество молочных и мясных продуктов, свежих фруктов и овощей. Лето — самый благоприятный период для восполнения недостатка витаминов. Можно определить ребенка в летнее оздоровительное учреждение, хотя бы на один месяц. Детям с хроническими заболеваниями полезно оздоровление в условиях санатория. Родителям следует воспользоваться каникулярным временем, чтобы проконсультировать ребенка у врачей и провести курс физиотерапевтических процедур. В целях предотвращения психологического дискомфорта, конфликтов, заболеваний следует ребенка заранее подготовить к летнему отдыху.

Наши рекомендации:

- Планируйте летний отдых вместе с детьми. При этом помните, что прогулки, игры, физкультурные и спортивные занятия на свежем воздухе должны быть ежедневными.
- Для начала детям не помешало бы отоспаться вволю! Известно, что большинство детей недосыпают 1-1,5 и даже иногда и 2 часа в учебные дни. А ведь детские невроты наиболее часто развиваются в результате систематического недосыпания.
- Максимально оградите ребенка от компьютера или хотя бы сократите пользование им до гигиенически рекомендуемых норм (7 минут — дети до 5 лет; 10 минут — дети 6 лет; 15 минут — ученики начальных классов).
- Максимально используйте для укрепления здоровья эффективные и доступные закаливающие средства — солнце, воздух и воду.
- Солнце — это тепло, хорошее настроение, здоровье. Однако избыточное облучение солнечным светом имеет отрицательный эффект: солнечные ожоги, расстройства сердечнососудистой системы, дыхания, вялость, раздражительность, головокружение в результате теплового и солнечного ударов. Детям не следует специально загорать на открытом солнце. Гораздо безопаснее, комфортнее — среди зелени, под тентом, по возможности в отдалении от проезжих дорог, промышленных предприятий.
- Во избежание перегрева необходимо голову покрыть шляпой, кепкой, панамой.
- Температура воздуха в тени должна быть 20-22о С. Нельзя принимать солнечные ванны натошак и ранее чем через 1-1,5 часа после еды. Лучшее время — с 9 до 11 часов и с 16 до 18 часов.
- В первые 2-3 дня пребывание под открытыми солнечными лучами должно составлять не более 5 минут, затем время постепенно увеличивают. Длительность солнечных ванн строго индивидуальна: зависит от возраста, типа кожи, состояния ребенка.
- Желательно, чтобы дети не лежали на открытом солнце, а играли, бегали, попадая то на солнце, то в тень. Солнечные ванны противопоказаны детям с повышенной температурой тела, недомоганием, головной болью.

- 
- Важно знать, что прием некоторых лекарственных препаратов перед отдыхом на пляже может спровоцировать солнечный ожог. К ним относятся сульфаниламидные препараты. Прием этих и некоторых других лекарств повышает чувствительность кожи к солнцу в несколько раз.
 - На прогулки необходимо брать с собой минеральную, питьевую в бутылках или кипяченую охлажденную (но не ледяную) воду, которую надо пить в небольших количествах маленькими глотками, а также соки или фрукты.
 - Походы в лес за ягодами или "вылазки" на пикники могут доставить не только удовольствие, но и неприятности, если к ним не подготовиться.
 - Отпугнуть назойливых насекомых помогут естественные репелленты - эфирные масла полыни, гвоздики. Нанесите несколько капель на одежду
 - Головной убор в лесу обязателен – вот первое правило советов для летнего отдыха. Он защитит от солнечного и теплового удара, уберезет от травм и от клещей. Для продолжительных прогулок лучше выбирать одежду из плотных тканей, спасающих кожу от палящих солнечных лучей и возможного обгорания. Собираясь в лес, надевайте высокие ботинки и свободные брюки из плотной ткани. В руке, гуляя по лесу, полезно держать большую палку.
 - В жаркие дни дети должны носить одежду только из натуральных тканей. В качестве хорошей защиты подойдут вещи из хлопка и льна, лучше отдавать предпочтение цветным тканям (красным, зеленым, желтым, оранжевым, синим), нежели однотонным светлым. Одежда светлых тонов (в особенности белая) в большей степени пропускает солнечные лучи. Одежда из химических волокон «не дышит» (в ней ребенок потеет) и к тому же пропускает от 13 до 25% излучения.
 - Во время купания в реке или озере на ребенка действует несколько факторов внешней среды — температура воздуха и воды, ветер, солнце. Кроме того, при купании ребенок активно двигается, задействованы практически все группы мышц, в то время как нагрузка на позвоночник и суставы резко снижена. Этот вид закаливания требует внимательного контроля со стороны взрослых.
 - Купаться в открытом водоеме можно с 3-4-летнего возраста, но только после прохождения курса подготовительных процедур (обтирание, обливание, душ). Температура воздуха должна быть 24-25о С, а температура воды — не ниже 20о С. Продолжительность купания вначале составляет 1-2 минуты, по мере привыкания и в зависимости от реакции ребенка — 5-10 минут. При появлении первых признаков переохлаждения («гусиная кожа», озноб) следует выйти на берег.
 - Необходимо правильно выбрать надувные средства для маленьких и не умеющих плавать детей: лучше всего использовать надувные жилеты, ни в коем случае нельзя использовать матрац.
 - Исключительно сильное влияние на организм ребенка оказывают морские купания (вода имеет сложный химический состав). Очень полезен морской воздух. Купание в море разрешается детям с двух лет. Начинать эти процедуры можно при температуре воды не ниже 20о С. При первых купаниях ребенок по существу только окунается, находясь в воде 20-30 секунд. Постепенно продолжительность пребывания в воде увеличивается для дошкольников до 3-5 минут, для школьников — до 8-10 минут. Необходимо внимательно следить за состоянием здоровья ребенка и его реакцией на купание.
 - Многие дети любят играть на песке около воды. Периодически они сами забегают в воду. Такой вариант — отличная закаливающая процедура.
 - Если вы отдыхаете в деревне или на даче, позвольте ребенку по утрам бегать босиком по росе. Кратковременное воздействие холодной воды на стопы приводит к тому, что сосуды стоп и одновременно сосуды носоглоточной области сужаются, а затем резко расширяются. В результате кровообращение в области носоглотки



усиливается, создавая надежную преграду для болезнетворных бактерий и вирусов. Кроме того, хождение по росе считается профилактикой плоскостопия.

- В каникулы необходимо позаботиться и о безопасности ребенка. Прежде чем отпустить его кататься на велосипеде, роликовых коньках, убедитесь, что снаряжение исправно, а он хорошо знает, как им пользоваться. Постарайтесь сделать все от вас зависящее, чтобы уберечь ребенка от травм.
- Соблюдение перечисленных довольно простых рекомендаций обезопасит летний отдых, сохранит и укрепит здоровье детей.

Консультация для родителей «БУДЕМ ДОБРЫ».



Воспитываем в детях гуманное отношение к окружающему миру. Самое главное - воспитать те нравственные силы ребенка, без которых он не может не делать добра, т.е. учить сопереживать.
В.А. Сухомлинский

Формирование гуманного отношения к людям и природе начинается с раннего возраста. Главное в это время - проявлять по отношению к ребенку любовь, ласку, чаще употреблять ласковые слова, поглаживание, хвалить малыша за каждое проявление доброжелательности к людям (улыбнулся, отдал игрушку, покормил птичку), обучать способам выражения сочувствия, внимания (погладить плачущего, поблагодарить, попрощаться, поздороваться и т.д.). Нельзя разрешать ребенку проявлять недоброжелательность по отношению к взрослым, детям, животным, и тем более подкреплять эти действия положительной оценкой (малыш бьет маму по лицу, а та радуется и смеется). Ребенок очень восприимчив в этом

возрасте к оценке взрослого, он как бы «прощупывает» правильность своего поведения через эту оценку и быстро усваивает, что вызвало положительную реакцию, а что - отрицательную.

Нравственные нормы, даже те, которые ребенок хорошо знает, не сразу начинают руководить его поведением. Первоначально они выполняются только по требованию взрослого или в его присутствии, легко нарушаются ребенком. Причем малыш не замечает этого нарушения и, отрицательно оценивая подобное поведение в целом, к себе отрицательную оценку не относит.

Учите детей доброте всегда и везде. Даже сказанное невзначай слово будет услышано. Во время совместной прогулки не забывайте посмотреть по сторонам, подметить красивое, интересное. Всегда есть что-то, достойное внимания, а возможно, и сочувствия. Не ленитесь объяснить ребенку, почему вы сочли нужным проявить участие или сочувствие. Видя ваше бережное отношение к окружающему миру, ребенок впитает его так же естественно, как материнское молоко. И это обернется пользой, прежде всего, для Вас самих.

Но бывает и так, что взрослые вкладывают всю душу, чтобы передать ребенку свои чувства, а ребенок остается безучастным к красоте окружающего. В таких случаях надо предлагать ему самому высказаться, чтобы понять, чувствует ли он красоту, каково его образное восприятие. Мальчик видит ландыш и кричит: «Мама, посмотри, какой ландыш!» — «Какой же?» — спрашивает мама. «Нежный, душистый». И мама вспоминает стихотворение Е. Серовой «Ландыш»:

*Родился ландыш в майский день, и лес его хранит;
Мне кажется, его задень — он тихо зазвенит.
И этот звон услышат луг, и птицы, и цветы...
Давай послушаем, а вдруг услышим, — я и ты?*

Вкладывая в юного человека понятия добра и зла, невозможно обойтись без художественной литературы. Она – важное подспорье на этом пути. Во время чтения книги ребенок знакомится с окружающей жизнью, природой, трудом людей, со сверстниками, их радостями, а порой и неудачами.

Художественное слово воздействует не только на сознание, но и на чувства и поступки ребенка. Слово может окрылить ребенка, вызвать желание стать лучше, сделать что-то хорошее, помогает осознать человеческие взаимоотношения, познакомиться с нормами поведения. Формированию нравственных представлений и нравственного опыта способствует сообщение детям знаний о моральных качествах человека.

Чувства ребенка необходимо укреплять, развивать. Для этого можно подобрать близкие по содержанию художественные произведения, например рассказ В. Осеевой «Почему?» и аналогичный ему по содержанию рассказ Н. Носова «Карасик». В обоих рассказах описываются душевные переживания мальчиков, связанные с тем, что по их вине в одном случае

собака, в другом — котенок должны понести незаслуженное наказание, и с тем, что они обманули мам.

Очень важно донести до сознания детей основную идею произведения. Вопросы должны быть конкретными, лаконичными, сосредоточивающими внимание детей на главном. Например, воспитывая у детей любовь к животным, педагог читает рассказ А. Толстого «Желтухин». Чтобы вызвать сострадание к маленькому скворцу, выпавшему случайно из гнезда, воспитатель задает вопрос: «Какой был Желтухин? Расскажите о нем». Важно, чтобы в ответах детей были отражены беспомощность маленького скворца, страх перед окружающим его миром. Если дети недостаточно эмоционально и полно раскрывают образ Желтухина, педагог помогает: «Вы правильно сказали, что Желтухин — это скворец, что он упал из гнезда и всего боялся. Послушайте, как А. Толстой описывает скворца: «Он с ужасом глядел на подходившего Никиту»; «Весь Желтухин нахохлился, подобрал под живот ноги»; «Он... забился в угол, на прижатые к земле листья одуванчика»; «У него отчаянно билось сердце». Почему же он всего боялся? Правильно, потому, что он был маленький и нуждался в защите. Кто же помог ему?»

Безусловно, один в поле не воин. Хотя усилия воспитателя не пройдут даром, но если они будут подкреплены сонаправленными действиями со стороны родителей, приятные подвижки в формировании гуманности у детей наступят гораздо раньше.

Беседы с детьми нужно строить так, чтобы этическое представление приобрело для ребенка определенное, яркое, живое содержание. Тогда и чувства его развиваются более интенсивно. Именно поэтому необходимы разговоры с детьми о состояниях, переживаниях литературных героев, животных, коротающих студеную зиму, о ребятах из соседнего двора - о характере их поступков, о совести, о сложности различных ситуаций. Воспитывая в детях добрые, гуманные чувства, необходимо одновременно вызывать у них нетерпимое отношение к полярным качествам: грубости, жестокости, жадности, вызывать эмоции осуждения, негодования. Не допускайте и всегда осуждайте проявления жестокости по отношению к любому живому существу, особенно беззащитному. Расскажите, что любое существо природе необходимо, для нее вредных организмов не бывает, каждая букашка на счету. Объясните, что нельзя ради забавы (когда речь не идет об угрозе здоровью или жизни) истязать или губить насекомых, маленьких животных, растения – тех, кто не в состоянии себя защитить от человека. Учите детей пресекать случаи жестокого обращения среди сверстников.

Воспитание художественным словом приводит к большим изменениям эмоциональной сферы ребенка, что способствует появлению у него живого отклика на различные события жизни, перестраивает его субъективный мир. По словам Б. М. Теплова, искусство захватывает различные стороны психики человека: воображение, чувства, волю, развивает его сознание и самосознание, формирует мировоззрение.

