



МКДОУ
детский сад №1
«Рябинка»
пгт Афанасьево

№4 (23), апрель 2017 г.
Издается с апреля 2015 г.
Выходит один раз в месяц

Познавательная газета для детей и их родителей

В этом выпуске:

- ✚ ПДД для дошкольников..1
- ✚ Как договориться с трехлеткой.....2
- ✚ 5 фраз которые сделают вашего ребенка несчастным.....3
- ✚ Закаляйся, если хочешь быть здоров!.....5

Новости детского сада

21 апреля 2017 года в детском саду "Рябинка" с детьми подготовительной и старшей группы было проведено мероприятие по ПДД "Шагающий автобус" совместно с инспектором по ПДД ГИБДД МО МВД России Омутнинский Докшиной Натальей Васильевной.

(Подробную информацию смотрите на сайте д/с «Рябинка») <http://dou-rjabinka.moy.su/>

Правила дорожного движения для дошкольников

Ребенок начинает знакомиться с правилами дорожного движения еще задолго до прихода в детский сад. Первые знания и опыт он получает из наблюдений за своими близкими, родителями.

В детском саду ведется активная работа по изучению с детьми правил дорожного движения. Но только родители свои личным примером, оценкой поведения смогут перевести эти правила в норму поведения ребенка.

Большую помощь в закреплении знаний дорожного движения вам окажут игры. Сделайте из кубиков и разноцветной бумаги дома, тротуары и мостовые, пешеходов, игрушечный транспорт. На таком макете вы можете с ребенком разыграть различные дорожные ситуации, благодаря которым он более прочно и осмысленно освоит правила поведения на улице.

Для закрепления знаний детей о правилах дорожного движения и сигналах светофора используйте:

- **настольные игры:** «Мы едем по улице», «Знаки на дорогах», «Учись вождению», «Юные водители», «Твои знакомые», «Говорящие знаки», «Светофор», «Три письма»;

- **диафильмы:** «О недопустимости шалости на улице», «О событиях возможных и невозможных», «Не играй на мостовой», «Дорожный букварь», «Однажды в городе», «Алешкин велосипед», «Дед Мороз-регулировщик», «Приключения Ильи Муромца в Москве», «Дядя Степа-милиционер», «Похождения Тимы» и др.;

- **детские художественные произведения с последующей беседой о прочитанном:** «Скверная история», «Дядя Степа - милиционер» С. Михалкова; «Машина на нашей улице» М. Ильина и Сегала; «Знакомьтесь - автомобиль», «Законы улицы и дорог», «Дорожная грамота» И. Серебрякова; «Посмотрите, постовой», «Это улица моя» Я. Пишумова; «Красный, желтый, зеленый» А. Дорохова и др.;

- **альбомы для раскрашивания:** «Дорожная грамота», «Еду, еду, еду», знакомящие с дорожными знаками, их значением.



НЕ ГОВОРИТЕ РЕБЕНКУ "НЕТ" ИЛИ КАК ДОГОВОРИТЬСЯ С ТРЕХЛЕТКОЙ



Это такой милый возраст, когда ребенок очень часто говорит «Нет!» и «Не буду!», отстаивая свое право на собственное мнение и волеизъявление. Причем, он может говорить «Нет», даже если в принципе согласен или даже очень хочет. Но еще больше он хочет сказать «Нет».

Вот тут хорошо выручает **прием «Подмена понятий»**.

Представьте детский сад и целую группу «неток»-трехлеток. На прогулку все равно вывести надо всех, за стол усадить всех и потом в кровать уложить тоже всех, не смотря на их «нет»...

- Нет! Я не буду надевать ботинки!

- Хорошо, давай тогда они сами к тебе на ножки напрыгнут! Ботиночки разбегаются, правый обгоняет левый и ОП! запрыгивает на ножку!

- Нет, я не буду кушать!

- Хорошо, кушать не будем. Давай просто посидим за столом, посмотрим, как ребятки кушают... Смотри, в супе макарошки плавают! Давай их ловить.

Ложкой вылавливаем по-очереди все макароны (естественно, отправляем в рот). А потом ловим картошку... Можно назвать обед рыбалкой — подменить одно понятие на другое - главное достигнуть цели.

-Нет! Я не буду спать!

-Хорошо, не спи. Спать не будем. Будем просто лежать на кроватке и ждать, когда придет мама. Ребенок соглашается, а через 5 минут засыпает, потому что спать на самом деле он хочет... Но он «не спал» в садике. Он так «ждал маму».

- Нет! Я не буду раздеваться!

- Хорошо, не раздевайся. Не надо. Ложись так. Давай только животик освободим. Животику надо отдохнуть от резиночек и пуговиц на штанах. Пусть животик отдохнет, штанишки снимем, а раздеваться не будем.

- Нет! Я не пойду гулять!

- Хорошо. Гулять сегодня не пойдем. Мы пойдем искать клад! У тебя есть лопатка? Бери лопату и пошли скорей, пока другая группа клад не выкопала.

С другой стороны, сами детки - «нетки» вовсе не хотят услышать «нет» в свой адрес. Когда ребенок слышит «Нет», у него начинается протест и все последующие доводы он не слышит.

Не говорите ребенку «Нет». Скажите «Да, но...». Когда ребенок слышит «Да» — с ним легче договориться.

«Да, я понимаю, что ты хочешь еще гулять, но уже пора возвращаться. Давай подумаем, чем интересным дома займемся?»

«Да, я понимаю, что ты хочешь эту игрушку, но у меня с собой сейчас нет денег, давай зайдем за ней в другой раз»

«Да, я понимаю, что ты хочешь компот прямо сейчас. Но он еще очень-очень горячий. Давай вместе подуем на него»

«Да, я понимаю, что тебе хочется прыгать и топтать, но под нами живет старенькая бабушка, у нее от шума может заболеть голова. Давай с мячом пойдем потом на улицу, а сейчас поиграем в настольный футбол. Спорим, я тебя обыграю. Ребенку важно, что его услышали, его поняли и что с ним согласились.

Автор статьи: психолог Анна Быкова

ПЯТЬ ФРАЗ, КОТОРЫЕ СДЕЛАЮТ ВАШЕГО РЕБЕНКА НЕСЧАСТНЫМ

Рано или поздно ребенок последует вашему примеру, а не вашим советам...

Родители чаще всего сами понимают свои ошибки в воспитании. Но как же с этим бороться, ведь мы воспитываем наших детей так же как воспитывали нас? Эти фразы-губители души, выскакивают из нас просто автоматически. Замените их. Замените их на созидательные, позитивные. Родительские условности можно назвать величайшим рабством в мире. Пора менять разрушительные фразы, пока они не внесли свои неблагоприятные коррективы.



1. «Не ходи по лужам! Не иди на красный свет! Не выходи раздетым!»

Что это- забота или страх потери контроля, когда родителя нет рядом с ребенком? Из-за своего страха перед неизвестным мы начинаем лепить из ребенка самих себя, свою модель жизни, хотя всегда признаем для себя свои ошибки и хотим для ребенка лучшего, чем есть у нас. Вместо того чтобы сказать что не нужно делать, лучше сказать как делать следует. Замените разрушительную фразу с частичкой «не» на созидательную: «Ходи по лужам в резиновых сапогах! Переходи дорогу на зеленый свет! Одевайся по погоде!»

Изменяя негативное утверждение на созидательное, мы формируем позитивный подход к жизни, не только у ребенка, но и у самих себя. Не ставьте детям препятствий, и без вас они у них появятся.

«Ты не выйдешь из-за стола, пока не доешь!» Какая же привычная фраза для нас... Откуда вы знаете сколько ребенку необходимо на данный момент еды? Ведь он же не робот и не машина. Мы часто перекармливаем детей, что лишает их жизненной энергии и приводит к ожирению. А есть еще очень важный момент. Если ребенка с детства заставлять есть через силу, вас может это удивить, то этим вы лишаете его жизненно важного права говорить «нет». Такой ребенок, став подростком, и попав в неблагоприятную компанию (хоть один раз, но каждый подросток сталкивается с негативным влиянием плохой компании) не может отказаться от принятия алкоголя, наркотических веществ, курения. Здесь очень важно умение сказать «нет», «я не хочу» «я не буду». Но ребенок помнит, что его «не хочу» не имеет никакого значения, его все равно заставят. Он уже привык не слушать свой организм, а потакать давлению окружающих. Изначально ребенок не может хотеть выпить или покурить, это противоприродно. Но именно поддаваясь на уговоры, идя против своих естественных желаний, ребенок может попробовать, то что ему не хотелось, через силу. Не буду в этой статье описывать к чему приводят такие «дегустации». Приглашая ребенка за стол, скажите: «Вот твоя порция, если захочешь еще – есть добавка! Ешь, сколько хочешь!»

2. «Не плачь, ты же мальчик!»

Он, прежде всего, человек, который имеет право плакать, смеяться, сердиться, т.е. проявлять свои эмоции. Скрытие, заталкивание вглубь себя своих эмоций, не может длиться все время. Рано или поздно, они выбухнут, прорвутся. И тогда всем будет мало места. Как могут проявиться взрывы эмоций? Неожиданно, из-за малейшего пустяка,

вспышкой гнева в виде крика, разрушительных действий, драки, чрезмерным употреблением алкоголя, наркотических веществ в раннем и взрослом возрасте. Замените привычную установку на фразу: «Плакать, это не значит проявлять слабость. Все проходит, пройдет и это». Мужественность проявится в сильных, благородных, справедливых поступках, показывайте пример своей жизнью, не надо красивых фраз. Это не работает.



3. «Что бы я ни говорила, как бы ни ругала, я все равно тебя люблю!»

Очень большая ошибка думать, что ребенок знает о вашей любви к нему. Ребенок воспринимает слова буквально – если ему говорить, что он тупой, он так и будет думать. И, поверьте, он не заметит за этой вашей фразой вашу любовь или просто плохое настроение. Вы сказали и забыли тут же, а ему с этой установкой жить всю жизнь.

4. Замените фразу: «Ты врун, трус» на «Ты поступил нечестно, несправедливо».

Говорите о поступках, а не о личности ребенка. Расскажите что вы чувствуете, переживаете: «Я очень расстраиваюсь, когда ты скрываешь от меня плохие оценки. Все равно рано или поздно я об этом узнаю, и тогда мне вдвойне будет обидно, за то, что у тебя плохие оценки, и еще за то, что ты скрыл это от меня». Дети мало знают о том, что чувствуют их родители, и в этом виноваты сами родители.

5. «Да если тебя не контролировать, ты вообще ничего не будешь делать!» - так

обычно отвечают родители, выражая свое мнение, на вполне обоснованное возмущение ребенка при тотальном контроле с вашей стороны. Эти вопросы: «Ты куда пошел? Ты почему не звонишь?» В таких случаях родителями тоже движет собственный страх, а дети воспринимаются как несамостоятельные, ни на что не способные субъекты этой «сложной» жизни. Недоверие, неуверенность и боязнь что-то упустить – вот что на самом деле беспокоит родителей.

Самое печальное, что вполне способный, здоровый ребенок, становится неуверенным, неорганизованным, тревожным человеком. Если ребенок не будет сам, по мере своих сил преодолевать трудности, откуда же у него возьмется сила воли? Скажите ребенку: «Всегда знай, что у тебя есть мы, мы всегда придем к тебе на помощь, когда она тебе потребуется». Не навязывайте ребенку свое мнение, поверьте в него. Дайте ему возможность выбрать себе путь и следовать ему. Если ребенок психически здоров, если вы верите в него, относитесь с уважением к его личности, любите здоровой любовью, он не сделает ничего плохого, он не выберет путь неудачника, будьте уверены. Не передвигайте ноги за ребенка, он в состоянии сделать это сам. Защитите его, прежде всего, от своих убеждений, страхов, критики, осуждений, ограничений, они калечат ребенка, передаются ему, впитываются в него. Не цепляйтесь за опыт своего поколения. Жизнь меняется, меняются вкусовые привычки, образ жизни, откуда вы знаете как ему будет лучше? Радуйтесь переменам и подарите ребенку бесценное право – быть самим собой.

Автор материала: Наталья Владимировна Щербакова.

Закаляйся, если хочешь быть здоров!

Как известно, здоровье человека на 70 % зависит от образа жизни. Родителям важно с самого рождения привить ребенку здоровый образ жизни. И для этого, в первую очередь нужно позаботиться о закаливании. Закаленные детки меньше болеют, у них хороший иммунитет, они не простывают от переохлаждения.

Нужно просто сформировать ежедневные ритуалы, которые и станут естественным образом жизни вашего ребенка.

Приучать к таким ритуалам нужно с самого рождения. А если ваш малыш уже подросток? Не отчаивайтесь, начать никогда не поздно!

Основная задача родителей – создать для малыша такие условия, которые позволят укрепить и развить врожденные защитные силы организма. И эти условия не должны напоминать тепличные.



Четыре правила закаливания

Правило 1. Соблюдайте систематичность.

Ожидаемый эффект от закаливания можно получить только при ежедневных процедурах. Кроме того, вы незаметно для себя и для ребенка сформируете ежедневные ритуалы.

Правило 2. Увеличивайте время выполнения процедур и силу раздражающего действия ПЛАВНО. Организм ребенка должен постепенно приспособиться к необычным для него условиям. Соблюдение постепенности сделает закаливающие процедуры комфортными для вас и вашего малыша.

Правило 3. Всегда учитывайте настроение или пожелания ребенка. Закаливайте в форме игры.

Только так вам удастся достичь положительного эффекта. Если малыш недоволен, расстроен, отложите или перенесите закаливающие процедуры на другое время. От этого никто не проиграет, зато у ребенка не возникнет негативного отношения к закаливанию.

Правило 4. Проводите процедуры закаливания только со здоровым ребенком. Ваш малыш должен быть здоров! Никогда не начинайте закалывать, если ребенку холодно – вы можете вызвать переохлаждение организма.

Формируем ритуалы закаливания

1. Начните с одежды. Помните, что малыш не должен жить в тепличных условиях. Забудьте о бабушкиных советах и перестаньте кутать ребенка.

Когда ваш малыш начнет ходить, учитывайте его подвижность. Замерзнуть маленькому непоседе будет сложнее, чем вам. Поэтому количество слоев одежды на ребенке, должно соответствовать вашему, а еще лучше на один слой меньше. Одежда должна быть из натуральных тканей, а ребенок в ней не должен потеть.





Всегда грустно смотреть на деток, которые одеты как «капуста», а рядом с ним и мама в шортиках и маленькой маечке. Поэтому не кутайте, а лучше возьмите с собой на прогулку запасные вещи, которые можно одеть на ребенка, если станет холодно.

Дома одевайте ребенка также как взрослого. Если в квартире тепло, достаточно трусиков (ну или трусиков и маечки). Ходить дома лучше всего босиком (но на кафельных полах и ламинате, застеленном на бетонный пол лучше одеть носочки).

2. Проводите как можно больше времени на свежем воздухе, гуляйте особенно летом. Можно поставить на балконе или во дворе дома бассейн, в котором ребенок будет плюхаться в свое удовольствие. Не упускайте случая выехать на природу: в лес, на речку, на море. В теплое время года дайте возможность ребенку побегать босиком по песочку или камушкам.

3. Проветривайте комнаты. Температура воздуха в комнате, где находится ребенок, должна быть примерно 22 градуса. Поддерживать такую температуру помогут регулируемые батареи. Но не каждому взрослому будет комфортно такая температура.

Поэтому начните с себя, или совместно постепенно понижайте температуру в комнатах до 22 градусов, или чуть выше, чтобы всем было комфортно.

Проветривайте комнату не реже 4-5 раз в день.

4. Принимайте воздушные ванны. Воздушные ванны ребенок должен принимать в хорошо проветренной комнате. Идеальная температура – на 1 градус ниже привычной. Постепенно ее можно снизить до 18-20 градусов.

Летом, воздушные ванны можно совместить с солнечными, ведь солнце это очень хороший помощник родителей в процедурах закали малыша.

5. Закаляйтесь водой во время утренних и вечерних процедур. При этом ничего особенного делать не нужно. Приучите малыша по утрам умываться прохладной водой. Начните с температуры воды 28-26 градусов (такую температуру имеют наши кожные покровы на открытых участках тела). Постепенно понижайте температуру.



В течение дня, когда вы моете крохе руки или ноги после прогулок, тоже включайте прохладную воду. Но перед умыванием проверьте – ножки и ручки должны быть теплые.

Дайте малышу возможность поиграть с водой. Ее можно налить в тазик и поставить его в надувной бассейн на кухне (для того, чтобы не залить водой пол) и пусть ваш ребенок плюхается и пускает кораблики в свое удовольствие.

После вечернего купания облейте малыша прохладной водой (33-35 градусов), ежедневно снижая температуру воды на 1-2 градуса. Или устройте ему контрастный душ: сначала теплая вода (около 40 градусов), а потом прохладная. После купания не кутайте малыша в полотенце, оставьте его на несколько минут голеньким.

А еще хороший закаливающий эффект дает регулярное посещение бассейна.

Как видите, закаливание не требует огромных временных усилий у родителей и напряжения у детей. Просто нужно немного изменить свои привычки.

<i>Главный редактор Н.В. Порубова Вёрстка и художественный редактор Ичетовкина К.А.</i>	<i>613060 Кировская область, пгт Афанасьев, ул. Соболева, д.64 Тел. 8 (83331) 2-25-03</i>
<i>Сайт: http://dou-rjabinka.moy.su E-mail: rjabinka1990@yandex.ru</i>	<i>Тираж: 5 экз.</i>