

Консультация для родителей.

«Безопасность наших детей».

Безопасность дошкольника во многом зависит от того какие знания в его голову заложат родители в раннем детстве. Дети в возрасте до пяти лет не осознают всю опасность окружающего мира, не могут думать на перёд и живут только настоящим не задумываясь о последствиях, к которым могут привести те или иные их действия. В этом возрасте очень важно обеспечить безопасность дошкольника и вложить в его голову знания о том, что следует немного анализировать свои действия и думать о последствиях.

Безопасность дошкольника во многом зависит от общепринятых правил, но дети не понимают этих правил придуманных взрослыми. Малыши не могут самостоятельно анализировать окружающий мир и пользоваться различными запретами в зависимости от ситуации. Каждый родитель объясняет своему ребенку, что с взрослыми надо разговаривать вежливо и на "Вы". В то же время, оберегая ребенка, родитель запрещает разговаривать с незнакомыми взрослыми. Вот в этот момент у маленького человечка в голове и возникает конфликт, ребенок не может понять и правильно применять эти 2 противоречивых правила. С одной стороны с взрослыми разговаривать вежливо, а с другой стороны не говорить с взрослыми. Также дети по мере развития наблюдают за взрослыми, перенимая их привычки и повадки. Таким образом, в голове дошкольника складывается еще одно противоречие в тот момент, когда он видит, как родители совершенно спокойно говорят на улице с незнакомцами.

Консультация для родителей.

«ОСТОРОЖНО ЧУЖИЕ»

Один из критериев готовности ребенка к школе- умение зрело, адекватно общаться с незнакомыми людьми, в особенностях со взрослыми.

Как воспитывать детей, чтобы они не забивались в угол при появлении незнакомого человека? Что надо говорить, чтобы детская непосредственность не позволила ребенку купиться на банальное: «Девочка, пойдём со мной, я тебе дам конфетку!» Как объяснить малышу, что взрослые бывают не только хорошие, но и плохие?

Одна из ошибок воспитания – это безусловное подчинение любому взрослому человеку.

Мы часто говорим: «С взрослым так не разговаривают», «Если взрослый тебе сказал, значит, надо слушать». Верно только с небольшой, **но очень важной оговорочкой – ЗНАКОМЫЙ ВЗРОСЛЫЙ.**

Одной из главных отличительных черт ребенка от взрослого считается детская непосредственность – ребенок говорит то, что думает. Следовательно, и восприятие устроено аналогично: если человек говорит, значит, он говорит правду. Дети не умеют читать «подтекст», детский юмор очень своеобразен и отличается конкретностью. Есть, правда, у детей одна хорошая защита- интуиция, развитое чувство опасности, как у животных. Именно она и не позволяет многим детям делать то, что им говорят на улице малознакомые люди. Так или иначе, но ребенка надо воспитывать недоверие к незнакомым и малознакомым людям.

Ребенку надо усвоить правило четырех «не», разработанное английскими криминалистами.

1. Не ходи с незнакомцем, что бы он тебе не говорил!
2. Не садись к незнакомым людям в машину, ни под каким предлогом!
3. Не заходи в лифт с незнакомцем, даже если он на вид совершенно безопасен!
4. Ничего не бери у незнакомца, если он будет тебе предлагать

К этим четырем пунктам можно добавить следующее:

1. Ты не обязан отвечать на вопросы незнакомых людей, и чем бы то ни было помогать им (даже если тебя попросили донести тяжелую сумку, даже если незнакомец попросит проводить его до квартиры, которую он ищет, даже если взрослый просто так ничего не требуя, хочет завязать с тобой беседу)
2. Ты не должен подчиняться взрослым только потому, что они взрослые. Твое непосредственное начальство – родители и учителя (да мало ли, что тебе велел сделать этот незнакомый человек!) Научите ребенка вежливо отказывать взрослым (есть деликатные, воспитанные дети, которые не в состоянии отказать незнакомцу в просьбе, хотя внутренне испытывает протест).
3. Необходимо объяснить ребенку, что если к нему станет приставать взрослый мужчина, ему следует громко и пронзительно кричать, царапать и щипать самые ранимые места незнакомца: лицо, пах и т.д. Если ваш ребенок идет в гости, родители обязаны знать адрес и телефон. Приучайте ребенка звонить, если он задерживается и перед выходом. А в темное время встречайте и провожайте до квартиры (а не до подъезда). Если ребенок гуляет без взрослых, то обязательно в компании друзей.
4. Постарайтесь полностью исключить самостоятельные путешествия ребенка на электричках, особенно вечером в загородную зону.
5. Приучайте ребенка носить ключи в одном и том же кармане, застегивающемся на молнию (младшим школьникам ключ можно повесить на шею, но так, чтобы он не был виден окружающим).
6. Внушите ребенку, что нельзя открывать посторонним дверь, необходимо пользоваться глазками и цепочками. А если будут просить открыть, он должен сказать, что не знает как. Никаких «записок от мамы» во время, пока он один, ему передаваться не должно. В случае телефонных звонков незнакомцев с ключевыми вопросом, один ли он дома, ребенку лучше отвечать, что не один, но взрослые подойти не могут.
7. Учите детей набирать номера основных служб: 010, 020,030. Только не забудьте объяснить, что при этом надо сказать (ваш адрес должен быть написан на бумаге и прикреплен рядом с телефоном – дети, волнуясь, часто забывают, где они живут).

Консультация для родителей.

«Ребенок дошкольник – слушатель или читатель»

«Мама, почитай пожалуйста...» Выполнить просьбу малыша или настаивать на самостоятельном чтении?

Специалисты утверждают: раннее обучение ребенка чтению – эксперимент очень рискованный. Еще Л.С. Выготский отмечал, дошкольник учится по программе взрослого в меру того, насколько он ее принимает, насколько она становится его собственной программой обучения. При раннем обучении чтению ребенок, как правило, не понимает, зачем ему это надо. У него пока нет мотивации, нет потребности в самостоятельном чтении. Он часто просит взрослых почитать ему – и не только для того, чтобы узнать о чем эта книга, но чтобы поговорить со взрослым, в том числе и о прочитанном. Совместное чтение дает ребенку толчок к интеллектуальному развитию – развивает речь, мышление, кругозор, формирует интерес к книге, знакомит с нравственными ценностями. Такова особенность дошкольного возраста - процесс познания, как правило, происходит опосредованно, через взрослого. Слишком рано обучившись технике чтения, малыш может привыкнуть к механическому чтению. Смысл прочитанного ускользает от ребенка по нескольким причинам: недостаточное речевое развитие и потому незнание значения слов; пока еще слабое интеллектуальное развитие и, как следствие, неспособность к обобщению, непонимание причинно-следственных связей. Далеко не все дети спрашивают взрослых, что означает непонятное слово. Поэтому рекомендую родителям, не дожидаясь вопроса ребенка, объяснять ему новые непонятные слова и речевые обороты. Только тогда прочитанные книги будут развивать речь ребенка и пополнять словарный запас. По мере постепенного усложнения читаемых текстов (от простых коротких сказок к рассказам и повестям) ребенок начинает более пристально следить за приключениями книжных героев. Теперь уже, если ему что-то непонятно в тексте, он начинает проявлять инициативу, спрашивать сам, иначе для него разрушается канва событий. Когда нужно учить технике чтения? Только тогда, когда ребенок уже хорошо владеет разговорной речью и свободно воспринимает на слух текст детских книг, соответствующих его возрасту. И, желательно, когда дошколенок проявляет потребность в чтении книг. Потребность эта просыпается постепенно, ее культивирует совместное с взрослым чтение. Малыш получает двойное

удовольствие: от общения с взрослым в ходе их совместной деятельности чтения и от сюжета литературного произведения. Так, книга начинает ассоциироваться не только с источником новой информации, но и с положительными эмоциями. Стойкое отрицательное отношение к чтению и книге вообще может возникнуть в том случае, когда ребенка учат читать, а книг ему при этом почти не читают. А такова, к сожалению, современная ситуация. Итак, в дошкольном детстве важно не обучать детей технике чтения, а сформировать у них потребность в чтении книг. Тогда в младшем школьном возрасте ребенок достаточно легко и быстро овладеет умением читать. И еще, в педагогике есть такой принцип – подобное вызывается подобным. Интерес, желание читать проявится у детей в том случае, если взрослые владеют техникой выразительного чтения. Сделать процесс чтения более увлекательным совсем не сложно. Взяв с полки книгу, не забудьте дать ей рекомендацию, предложите детям почитать по ролям, организуйте семейное чтение, по ходу чтения используйте элементы театрализации. Закрывая книгу, не забудьте поделиться своей трактовкой прочитанного. Десять «почему» детям необходимо читать книжки. Благодаря чтению развивается речь ребенка и увеличивается его словарный запас, книга учит маленького человека выражать свои мысли и понимать сказанное другими людьми. Чтение развивает мышление. Из книг ребенок учится абстрактным понятиям и расширяет горизонты своего мира. Книга объясняет ему жизнь и помогает увидеть связь одного явления с другим. Работа с книгой стимулирует творческое воображение, позволяет работать фантазии и учит детей мыслить образами. Чтение развивает познавательные интересы и расширяет кругозор. Из книг и периодики ребенок узнает о других странах и другом образе жизни, о природе, технике, истории и обо всем, что его интересует. Книжки помогают ребенку познать самого себя. Для чувства собственного достоинства очень важно знать, что другие люди думают, чувствуют и реагируют так же, как он. Книжки помогают детям понять других. Читая книжки, написанные писателями других культур других эпох, и, видя, что их мысли и чувства похожи на наши, дети лучше понимают их и избавляются от предрассудков. Хорошую детскую книжку можно читать ребенку вслух.

Процесс совместного чтения способствует духовному общению родителей и детей, установлению взаимопонимания, близости, доверительности. Книга объединяет поколения. Книжки – помощники родителей в решении воспитательных задач. Они учат детей этике, заставляют размышлять о добре и зле, развивают способность к

сопереживанию, помогают научиться входить в положение других людей. Книги придают силы и вдохновение. Они увлекают и развлекают. Они заставляют детей и взрослых смеяться и плакать. Они приносят утешение и указывают выход из трудного положения. Чтение – самое доступное и полезное для интеллектуального и эмоционально-психического развития ребенка занятие.

**РОДИТЕЛИ ПОМНИТЕ: БУДУЩЕГО ЧИТАТЕЛЯ
НЕОБХОДИМО ВОСПИТЫВАТЬ, КОГДА ОН ЕЩЕ ЯВЛЯЕТСЯ
СЛУШАТЕЛЕМ.**

Консультация для родителей.

«Компьютер и ребенок»

С какого возраста разумнее всего разрешать ребенку сидеть за «чудо машиной»?

Врачи утверждают, что малыш, начиная с трех лет, может сидеть за компьютером, но не более получаса в день. В возрасте с 6 до 12 лет – час. А начиная с 12 лет можно разрешать проводить перед монитором и два часа в день. Но стоит помнить, что компьютер дает нагрузку на глаза, поэтому через каждые пятнадцать минут стоит сделать перерыв. Еще лучше, если Вы обучите ребенка делать специальную гимнастику для глаз: вертикальные и горизонтальные движения глазами яблоками или просто часто поморгать.

Время проведения ребенка перед компьютером должно быть четко установлено, что бы в дальнейшем не возникало зависимости. Постарайтесь объяснить ребенку, что длительное времяпровождение за компьютером, пагубно будет влиять на его зрение.

Позаботьтесь о том, что бы глаза не страдали от ярких цветов экрана монитора. «Поиграйте» с настройками монитора: отрегулируйте контрастность и яркость, что бы они ни били по глазам. На рабочий стол поставьте картинку в умеренных тонах. Учитывайте, что стол и стул должны соответствовать росту ребенка. Проследите, что бы малыш сидел ровно, не сутулился, так как это в свою очередь может привести к развитию сколиоза. Что бы было удобнее под ноги можно поставить подставку. Монитор должен стоять ровно, что бы ребенок ни поворачивался к нему, а смотрел прямо на центр монитора, но взгляд падал сверху вниз под углом 15-20 градусов. Компьютерное место должно быть хорошо освещено, но при этом нужно сделать так, что бы свет напрямую не падал на монитор. Старайтесь как можно чаще делать влажную уборку и проветривать комнату.

Чему компьютер может научить ребенка?

В возрасте от 2-х до 6-ти лет малыши уже начинают осваивать компьютер. Начать обучение можно с изучения цифр, букв (как русских, так и английских), а также различных знаков. Для этого Вам понадобится любой текстовый редактор. Со временем ребенок сможет писать целые слова, а позже даже предложения. При этом он будет видеть свои ошибки и сможет их самостоятельно исправлять. Управляя мышкой можно развивать реакцию у малыша. Как известно ребенок лучше учится играя. Сегодня в интернете предоставлен широкий выбор развивающихся игр на любой вкус и цвет. С их помощью можно познать азы многих наук: геометрии, иностранных языков, арифметики или грамматики.

Используя стандартный редактор Paint (или другие интересные программы для детей) можно обучиться рисованию. Ведь рисовать мышкой, гораздо сложнее, чем кистью. Это в свою очередь будет развивать моторику рук. Игры, где происходит сбор картинок (по принципу пазлов), прохождение заданий или где нужно оперировать не определенными вещами, а их силуэтами и копиями развивают логическое мышление. Видеоигры, где предметы нужно складывать определённым образом или дорисовывать недостающие части развивают фантазию. Объёмное восприятие развивают задания, где требуется собрать определенную фигуру. Программы, в которых необходимо раскрасить персонажей или поиграть с цветами помогают воспринимать искусство. А музыкальные игры помогут разбудить любовь к музыке и выучить ноты. Детей от 6-ти до 9-ти лет уже можно обучать работать с информацией. Для начала это лучше делать в игровой форме. Научите ребенка самостоятельно открывать папки и файлы. Объясните ребенку, что с помощью компьютера можно не только играть, но и

узнавать много интересных вещей. Сейчас существует огромное количество детских сайтов, где ребенок может играть в развивающие игры и параллельно познавать всемирную паутину. Постепенно научите пользоваться поисковыми системами. Ведь с их помощью малыш, сможет узнавать интересную для себя информацию. А также развивать логическое мышление. Ведь «поисковик» не дает ответов на вопросы, он находит общие слова.

В таком возрасте не стоит оставлять его самого за компьютером, так как он еще не понимает многих вещей и может скачать информацию кишасую вирусами.

Да и вместе вам будет интереснее, а ребенок в случае неуверенности всегда сможет попросить совета.

Не стоит забывать о контроле. Если Вы к такому возрасту научили ребенка контролировать свое время проведения за «чудо машиной» - это замечательно. Но не все дети способны сами себя контролировать. В таком случае можно использовать специальные программы, которые будут напоминать ребенку о времени и при необходимости выключать компьютер.

Игры. Плохо это ли хорошо сейчас.

Итак, социальные сети. Некоторые родители считают, что они приносят только вред. И в чем то они правы. Первое, что может произойти в сети – это плохое влияние. Но от этого ребенка не убережешь и на улице. На каждом углу можно встретить такого «доброжелателя». Убереечь от этого может только, правильное объяснение, «что такое, хорошо и что такое плохо». Второе – это длительное время провождения за компьютером. Даже взрослые говорят, что такое общение затягивает, а что уж говорить о детях. В таком случае, стоит составить договор, что час сидишь в сети, а потом учишь уроки или занимаешься другими делами. Из полезного стоит выделить, что ребенок не теряет связи со своими друзьями, с которыми он познакомился в оздоровительном лагере или на отдыхе. Стоит составить распорядок дня ребенка, таким образом,

что бы виртуальная жизнь не вытесняла реальную.

Онлайн игры – это игры, в которых принимают участие люди со всего мира. Чему могут научить: логическое и стратегическое мышление, умение находить общий язык с людьми и действовать в команде, улучшить знание английского языка, так как игровой сленг связан с ним напрямую. А сколько может принести вреда? Да, сколько хотите. Первое – это зависимость, когда ребенок абсолютно забывает о реальном мире и погружается в виртуальный. Второе – агрессию, так как нужно добиться определенного успеха, а у вашего чада это не получается. И тогда он ходит раздражительный и злой. Перечислять все недостатки можно долго. Но, для того, чтобы их не было, нужно помнить, что все хорошо в меру. И тогда не будет никаких проблем с играми.

Не стоит опасаться пагубного влияния компьютера, при правильном подходе, он будет приносить только пользу. При чем очень часто – неопенимую. Навыки владения «чудо машиной» обязательно пригодятся ребенку в будущем. А для того, что бы «комп» стал верным другом, родителям тоже необходимо повышать свой навык владения им, что бы понимать, чем увлечены дети и разделять их успехи. Поэтому станет он верным другом или врагом, зависит только от нас.

Консультация для родителей. «Агрессивный ребенок»

Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка - большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, "гроза" дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. Детская агрессивность - признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

Такие дети используют любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, щипать. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокоятся до тех пор, пока взрослые не "взорвутся", а дети не вступят в драку. Например, такой ребёнок будет сознательнее одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит её крик или не получит шлепок. После этого он готов заплакать и, только получив утешение и ласку от мамы, успокоится. Не правда ли очень странный способ получения внимания? Но это для данного ребёнка единственный механизм "выхода" психоэмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности.

В нашей жизни, к сожалению, происходит много событий, которые сами по себе могут ожесточить, озлобить, довести до отчаяния и вызвать негативные переживания. Дети чётко улавливают настроения окружающих. Поэтому родителям не стоит при ребёнке допускать обсуждение неприятностей, смотреть передачи про катастрофы и фильмы про убийство и безысходность, оценивать отрицательно поступки других, укорять и угрожать расправой обидчикам. Подобные проявления своего недовольства и обиды являются не лучшим примером для подражания и бумерангом могут вернуться в семью в "исполнении" ребёнка. Взрослые не должны удивляться, почему их ребёнок слово в слово повторяет их ругательные выражения, находится в позиции постоянного сопротивления и неприятия окружающих его людей и событий. Если вы стали замечать, что ваш ребёнок наэлектризован злостью, обзывается, дерётся, обижает и жестоко относится к животным, то первое, что вы должны сделать, это задать себе вопросы:

- Когда это началось?
- Как ребёнок проявляет агрессию?
- В какие моменты ребёнок проявляет агрессию?
- Что явилось причиной агрессивности?
- Что изменилось в поведении ребёнка с того времени?
- Что на самом деле хочет ребёнок?
- Чем вы реально можете ему помочь?

Причины агрессивности почти всегда внешние: семейное неблагополучие, лишение чего-то желаемого, разница между желаемым и возможным. Поэтому работу с агрессией своего ребёнка необходимо начать с самостоятельного анализа внутрисемейных отношений. Это будет главным шагом в решении существующей проблемы.

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка.

Самое главное - попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"

(для детей с 4 лет)

Каждому участнику даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".

"ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ"

(для детей с 4 лет)

Вместо мяча - подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья - обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель - забить в ворота гол.

Примечание: взрослый следит за соблюдением правил - нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС "МОЖНО"

(для детей с 4 лет)

Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час "можно", когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т.д.

Примечание: "часы" можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

"ПАДАЮЩАЯ БАШНЯ"

(для детей с 5 лет)

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника - штурмом взять её (запрыгнуть), издавая победные крики типа:

"А-а-а", "Ура!" и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены.

Примечание:

- Каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить.
- После каждого штурма "болельщики" издадут громкие крики одобрения и восхищения: "Молодец!", "Здорово!", "Победа!" и т.д.

"ШТУРМ КРЕПОСТИ"

(для детей с 5 лет)

Из попавшихся "под руку" небьющихся предметов строится крепость (тапки, стулья, кубики, одежда, книги и т.д. - всё собирается в одну большую кучу). У играющих есть "пушечное ядро" (мяч). По очереди каждый со всей силой кидает мяч во вражескую крепость. Игра продолжается, пока вся куча - "крепость" - не разлетится на куски. С каждым удачным попаданием штурмующие издадут громкие победные кличи.

"РУГАЕМСЯ ОВОЩАМИ"

(для детей с 5 лет)

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а ... овощами: "Ты - огурец", "А ты - редиска", "Ты - морковка", "А та - тыква" и т.д.

Примечание: Прежде, чем поругать ребёнка плохим словом, вспомните это упражнение.

"ПО КОЧКАМ"

(для детей с 5 лет)

Подушки раскладываются на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие - "лягушки", живущие на болоте. Вместе на одной "кочке" капризным "лягушкам" тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: "Ква-ква, подвинься!" Если двум "лягушкам" тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в "болото" соседку, и та ищет себе новую "кочку".

Примечание: взрослый тоже прыгает по "кочкам". Если между "лягушками" дело доходит до серьёзного конфликта, он подсакивает и помогает найти выход.

"ЖУЖА"

(для детей с 6 лет)

"Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг неё, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до неё, щекочут. "Жужа" терпит, но когда ей всё это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за "обидчиками" вокруг стула, стараясь отхлестать их полотенцем по спинам.

Примечание: взрослый следит за формой выражения "дразнилок". Они не должны быть обидными и болезненными

Консультация для родителей. «Польза ягод для детей»

Детский возраст - время игр, учебы и веселья, а это требует серьезных затрат энергии. Поэтому ребенок часто просит у родителей поесть чего-нибудь сладкого и вкусненького. В последние годы с появлением большого количества пищевой продукции, содержащей консерванты, искусственные красители и ароматизаторы, для родителей такие моменты становятся довольно серьезным испытанием: «Как защитить ребенка от последствий фастфуда и вредного питания?»

Почему важно давать детям ягоды?

Ягоды - вполне полезная альтернатива конфетам и жевательным резинкам, хотя и их нужно употреблять умеренно, поскольку все ягоды - сильнейший источник антиоксидантов, минералов и витаминов. Переизбыток даже полезных веществ может привести к проблемам со здоровьем.

Неустанная забота о правильном развитии дошколенка для подготовки его к взрослой жизни заставляет взрослых превращать жизнь детей в путь с постоянными указателями: «Это можно есть», а «Это есть нельзя». А всем детям так хочется вкусненького и сладкого!

Многие ягоды, такие как голубика, черника, малина и клубника содержат большое количество органического сахара, поэтому малыш может с удовольствием полакомиться свежими ягодками вместо сладкого печенья или мороженого. По мнению детских диетологов, свежие ягоды или кисели и компоты на ягодной основе обладают множеством полезных веществ, которые так необходимы в детском возрасте. Запрет на ягоды для детей распространяется только на тех ребят, у которых возникла аллергическая реакция.

Лечение детей ягодами

Каждая ягода обладает свойственными ей специфическими свойствами, которые нужно учитывать прежде, чем вводить в детское меню. Давайте рассмотрим самые яркие свойства некоторых доступных летом и осенью ягод:

- Ягоды брусники считаются отличным антисептиком, подавляя гнилостные процессы в желудке, а также рекомендованы при плохой работе почек и отечности;
- **Облепиха хороша при анемии у ребенка** или истощении. Обычно ее употребляют при борьбе с авитаминозом у детей.
- **Клубника в детском питании:** изобилует фолиевой кислотой, необходимой для быстрого роста клеток и витамином С.
- **Малина** детям не только помогает при простуде благодаря содержанию природного жаропонижающего вещества, но и превосходит ягоды смородины по способности восстанавливать недостаток железа в организме ребенка. Также спелая малинка хороша для деток со слабой системой пищеварения.
- **Смородина полезна для детей:** она богата витамином С, а это очень важно для тех детей, которые часто болеют простудами и переутомляются. Полоскания водным раствором свежего сока черной смородины очень быстро помогают при воспаленном горле.
- **Ежевика** - универсальная ягода для детей и взрослых, но особенно хорошо она помогает успокоить возбужденную детскую психику.
- **Земляника ребенку** полезна при малокровии и нарушениях работы почек.
- **Клюква** не всегда нравится детям, зато помогает улучшить состояние кровеносной системы ребенка.

- **Ягоды шиповника** славятся своим приятным вкусом и хороши в отваре как общеукрепляющее средство, замечательно помогают и при упадке сил у ребенка.
- **Черника** поможет детям избавиться от проблем в кишечнике, связанных с запорами. Также широко известно полезное влияние ягод черники на детское зрение.
- **Ягоды Годжи** не так давно стали вводиться в детское меню с большой осторожностью. Их используют в качестве натурального поливитаминного средства для детей с ослабленным иммунитетом.
- Антоциан - активное вещество **ягод вишни** помогает бороться с воспалительными процессами в суставах, что важно для родителей ребенка, перенесшего нарушение целостности костей скелета.
-
- **Как сохранить всю пользу ягод для детей**

Полезные свойства ягод помогут родителям начать процесс ягодоотерапии, которая позволит им свести на нет все последствия неправильного питания. При этом нужно помнить простые правила о том, как правильно вводить ягоды, а тем более такие специфические, как Годжи, в детское питание.

Важно придерживаться следующих правил перед тем, как дать дошкольнику какие-либо ягоды:

- Ребенку до года (*7-8 месяцев*) уже можно начинать давать кашу или напиток, приготовленный на ягодной основе, но при этом не нужно вводить сразу несколько ягод. Начните с черники или смородины.
- Годовалому ребенку уже можно дать свежие ягоды черники, малины, земляники лесной в виде пюре.
- Знакомство с ягодами нужно начинать с небольшого количества ягодной массы: до года - половина чайной ложки в составе каши, а после года - ребенку можно дать в первый раз одну полную чайную ложку ягодного пюре.
- Объем ягодного пюре нужно постепенно увеличивать до нормы: пятьдесят грамм в день. Фруктовое пюре в этот день ребенку можно не давать.
- В три года норма ягод в день возрастает до 150 г, в шесть лет - до 200 г в сутки.
- Для того чтобы проследить за тем, появится ли у ребенка аллергическая реакция на определенный сорт ягод, нельзя вводить в детское питание сразу несколько видов ягод.
- Целую бруснику или малину рекомендуется давать только тогда, когда малыш научился хорошо пережевывать твердую пищу.
- Ягоды не желательно давать с сахаром, даже если они немного кислят, поскольку сахар нивелирует весь положительный эффект, достигаемый благодаря лечению активными компонентами ягодных растений. Диетологи рекомендуют приучать малыша сразу к естественному вкусу брусники или ежевики.
- Десерты с содержанием свежих ягод лучше всего готовить сразу перед тем, как накормить ими малыша. Приготовленные заранее ягодные блюда и подвергшиеся длительному хранению могут быть небезопасны и потеряют значительную часть полезных для лечения веществ.
- Ягоды Годжи считаются довольно экзотическим продуктом, поэтому знакомство с сушеным «эликсиром молодости и здоровья» лучше начинать после трех лет во избежание возникновения аллергии на вещества, содержащиеся обыкновенной дерезы.

При появлении аллергических реакций на те или иные ягоды, лучше от них отказаться. По истечении некоторого времени ребенок может перерасти аллергические проявления, тогда можно снова начать постепенно вводить небольшие дозы ягод в рацион ребенка для получения общеукрепляющего и иммуномодулирующего эффекта.

Консультация для родителей. «Отношение детей к домашним животным»

Почти все дети хотят иметь дома домашнее животное, в основном, их желания распространяются на котенка или щенка – ведь они такие игривые и с ними весело играть. Но, конечно, дети не задумываются о той большой ответственности, которая возникает с появлением домашнего питомца. Это и кормление, и уборка за ним, и выгуливание, в общем, появляется много дел, которые нужно выполнять в связи с появлением домашнего животного. Родители, если дети еще маленькие, а они не хотят иметь еще дополнительные хлопоты, обычно ищут доводы, чтобы отговорить ребенка заводить животное. Но основное нежелание родителей заводить домашнее животное возникает из-за опасений возникновения аллергии или появления какой-нибудь инфекции.

Если все-таки решили завести домашнего питомца, но еще до конца не определились какого, то нужно исходить из нескольких правил. Значительную роль в выборе животного имеют жилищные условия. Частный дом – вот подходящее место для любого домашнего животного. А если малогабаритная квартира, то, в этом случае, нужно проанализировать все нюансы, ведь бывает и клетку с хомячком негде поставить, а о крупном животном, вообще, не стоит и задумываться.

Для ребенка 3-4 лет уже можно заводить домашнего питомца, но все работы по уходу за этим питомцем придется выполнять родителям. Оптимальным вариантом для этого возраста являются: морская свинка, птичка, аквариумные рыбки, хомячок и кролик. Малыш, конечно, будет проявлять повышенный интерес к этим обитателям квартиры и может даже случайно выпустить из клетки птичку, попытаться поймать рыбку в аквариуме – ему все интересно потрогать и поиграть. Не следует его категорично ругать за это, ведь ребенок только изучает окружающий мир. Просто нужно объяснить ему, как нужно вести себя с его любимыми питомцами.

В 5-6 лет ребенок должен уже более ответственно относиться к своим домашним питомцам. В этом возрасте он может уже осознанно принять участие в выборе для себя домашнего животного, у него есть какие-то познания из книжек, мультиков или телепередач какие бывают домашние животные. Ребенок может выполнять посильный уход за своим питомцем: помыть миску кошки, налить воды в поилку птичке, снаружи протереть аквариум. Родителям требуется поначалу осуществлять ненавязчивый контроль за выполнением этих поручений, потом ребенок сам будет делать все правильно.

Ребенок 7-8 лет практически самостоятельно ухаживает за своим любимцем, родители могут иногда помочь ему в этом. В этом возрасте дети иногда заводят себе даже нескольких животных, познавая их образ жизни, например, попугайчика и хомячка. Наиболее любимы детьми домашние питомцы – это кошки и собаки. Эти питомцы могут проявлять искреннюю привязанность к детям. Для детей до 14 лет не рекомендуется заводить собаку крупной породы.

Домашние животные имеют большое значение в воспитании детей. Дети, имеющие домашних питомцев, как правило, более ответственны при выполнении различных поручений, коммуникабельны не только со своими ровесниками, но и с взрослыми, наблюдательны и проявляют интерес к окружающему миру.

Консультация для родителей.

«Психологическая готовность ребенка к школе»

И вот заканчивается дошкольное детство вашего ребенка. Вы чаще думаете о том, что пройдет еще немного времени, и ему пора будет идти в школу. Конечно, вы хотите как можно лучше подготовить его к этому серьезному событию.

Когда начинать готовить к школе? Кто должен это делать? Чему учить ребенка до школы? Одни считают, что надо начинать готовить малыша, начиная с трех лет, другие - за год до поступления в школу. Но вообще-то вся дошкольная жизнь ребенка - это и есть подготовка к школе. Самое главное - не впадать в крайности. Не переусердствовать с занятиями, внушив заранее отвращение к учению. Но и не пускать все на самотек, надеясь, например, на воспитателя детского сада.

Обычно, когда говорят о школьной готовности малыша, имеют в виду, главным образом, его интеллектуальное развитие. Но есть еще одна, не менее важная сторона. И связана она с психологической готовностью ребенка. Не всегда высокий уровень интеллектуального развития совпадает с психологической готовностью ребенка к школе.

Психологическая готовность ребенка к школе заключается в формировании у него готовности к принятию новой социальной позиции школьника - положения школьника. Позиция школьника обязывает занять иное, по сравнению с дошкольником, положение в обществе, с новыми для него правилами. Эта личностная готовность выражается в определенном отношении ребенка к школе, к учителю и учебной деятельности, к сверстникам.

Очень важно, чтобы к началу школьного обучения у ребенка была достаточно зрелой эмоционально-волевая сфера. Школьная жизнь требует от детей эмоциональной устойчивости. Между учащимися, и это вполне закономерно, нередко возникают ссоры, обиды и иные конфликтные ситуации. Дети, избалованные родительской лаской, болезненно реагируют на замечания учителей, отказываются идти в школу и т. д. Во всех подобных случаях ребенок должен уметь сдерживать себя, управлять своим поведением.

Чрезвычайно важна в школе и способность к волевым усилиям. Ребенок вместо «хочу это» должен заставить себя делать то, что «надо», причем в течение установленного учителем времени. Вот почему так важно воспитывать и развивать волю у ребенка. В играх, при выполнении хозяйственных поручений дома, на специальных занятиях ставьте перед ребенком задачи, решение которых требует от него волевого усилия. Не

допускайте, чтобы он, не закончив одну работу, принимался за другую. Ребенок должен прочно усвоить, что любое дело следует доводить до конца.

Залогом успешной учебы школьника должно стать его стремление к новой школьной жизни, к «серьезным» занятиям, «ответственным» поручениям. Ведь очень трудно научить ребенка чему-то, если он сам этого не хочет. Желание учиться появляется под влиянием взрослых, которые определяют школьное обучение, как новый этап в жизни ребенка, этап взросления. Стремление ребенка стать более взрослым, школьником, способствует постепенному развитию ответственного отношения к школьным обязанностям: ребенок будет выполнять не только интересные для него задания, но и любую учебную работу.

Консультация для родителей. «Как избавить ребенка от страха»

Не следует:

- Запирать его одного в тёмной или тесной комнате
- Бить по рукам, по голове и лицу.
- Строго наказывать и угрожать: «Позову доктора, пусть тебе укол сделает»
- Пугать животными
- Заставлять неподвижно лежать, сидеть, стоять и т.д.
- Объявлять ребёнку бойкот
- *Помните: к страхам приводит большое количество запретов и малое – тепла и ласки.*

Если ребёнок боится, нельзя:

1. Смеяться над ним, называть трусишкой.
2. Высмеивать, особенно при других детях.
3. Наказывать за страх.

Как преодолеть страх?

Если ребёнок боится бабу Ягу, ведьму, страшила и др., то нужно:

1. Предложить нарисовать их.
2. Поиграть в сказочных героев.

Если ребёнок боится темноты:

1. Не надо плотно закрывать двери в его комнату.
2. Можно совершить путешествие по тёмной комнате вокруг его кровати, прокладывая пути к предметам, которые могут понадобиться ночью.
3. Придумать игру, в ходе которой нужно входить в тёмную комнату, например: спрятать в квартире лакомства, а самые любимые в тёмной комнате.

Если ребёнок боится собак:

1. Купите ему игрушечную собаку, которую он может трогать, играть.
2. Подзовите к себе забавного щенка и дайте ребёнку возможность вдоволь насмотреться на его выходки, оставаясь рядом с ребёнком, чтобы он не тревожился.

Перед сном нельзя:

1. Устраивать шумные игры.
2. Смотреть страшные фильмы
3. Читать сказки про волков, людоедов, злых волшебников и т.д

Перед сном надо:

1. Придумывать и рассказывать добрые истории из жизни белок, зайчат, гномов.
2. Спокойно разговаривать
3. Создавать обстановку мира, покоя и уюта.

Консультация для родителей.

«Чтобы ребёнок слушался». Советы А.С.Макаренко

Чтобы ребёнок вас слушался, нужно следить за тем, чтобы Ваше распоряжение удовлетворяло следующим требованиям:

- Оно не должно отдаваться со злостью, с криком, с раздражением, но не должно быть похоже на упрашивание.
- Оно должно быть посильным для ребёнка, не требовать от него слишком трудного напряжения.
- Оно должно быть разумным, т.е. не должно противоречить здравому смыслу.
- Если распоряжение отдано, то оно должно быть обязательно выполнено.
- Там, где Вы должны требовать, никаких теорий не должны разводить и добиваться выполнения Ваших требований.

Консультация для родителей.

«Семь успешных педагогических идей, которые могли бы посоветовать наши дети»

«Как стать успешным родителем? Где не совершить ошибку?» - ежедневно задают мучительные вопросы современные родители, обращаясь к учителям, психологам и специалистам по раннему детскому развитию. Но не каждому взрослому приходит в голову мысль спросить самих детей о том, как лучше всего их воспитывать. А ведь детскими глазами мир видится гораздо проще и яснее. Итак, что бы посоветовали нам наши дети, если бы оказались на месте пап и мам.

1. «Не критикуйте меня в присутствии друзей и родных».

А ведь это правда: если поправлять детей у всех на виду, то редко можно добиться хорошего понимания наших слов. Внимание сына будет сосредоточено на том, что он совершил ошибку и все об этом узнали. А когда он снова попадет в подобную ситуацию, то не сможет сделать правильный выбор, потому что был невнимателен к советам родителей. Выход один: обсуждать ошибки лучше всего наедине, так и детям спокойнее, и наша родительская работа принесет долгожданный эффект.

2. «Не относитесь к моим плохим привычкам как к чему-то несерьезному»

Если мы даем сыну или дочери привыкнуть к тому, что у них могут быть плохие привычки, то потом сами же дети страдают от этого. Ведь отвыкнуть от привычного поведения гораздо сложнее, чем вовремя остановиться в самом начале пути.

3. «Плохие и хорошие последствия моих поступков – самые добрые учителя»

Ведь только получая результаты «жизненных экспериментов», дети смогут научиться тому, что у всего есть последствия. А это очень важно знать для того, чтобы быть успешным и ответственным человеком, верным семьянином и просто хорошим другом. Защищая ребенка от последствий любых его поступков, мы, родители устраиваем собственному чаду опасную ловушку.

4. «Если вы будете повторять мне по двадцать раз одно и то же, я просто сделаю из ваты затычки для ушей»

Постоянные мелкие родительские придирки, нравоучения и ругань часто вызывают скуку и уныние у детей. Иногда остается единственное спасение – притвориться, что ты плохо слышишь. Но не каждый родитель готов к тому, что его чадо резко «оглохнет». Поэтому выбираем более эффективный способ воспитания – минимум нотаций, больше реальных поступков.

5. «Мне не очень легко признаваться и просить прощения, если я вижу, что вы сердиты на меня»

Гневная реакция на непослушание ребенка часто сопровождается резким требованием сказать правду, но нас тут может ожидать неожиданный провал. Ведь от страха наказания дети часто не выдерживают и лгут, пытаясь защитить себя от боли, вызванной родительским гневом. Лучше всего успокоиться и только, когда ребенок уверен, что родитель добр и не сердит, мы сможем рассчитывать на откровенное «чистосердечное признание».

6. «Не делайте вид, что мои вопросы можно оставлять без ответов»

Если что-то действительно волнует ребенка, то он не остановится и будет продолжать искать ответ в другом месте на волнующий вопрос. Поэтому лучше не игнорировать

детскую любознательность, а давать адекватные возрасту ответы. Иначе их дадут другие люди, а они не всегда могут сказать правду.

7. «Не сравнивайте свое детство с моим! Мы – люди из разных поколений»

Родители иногда начинают размышлять вслух о том, какими послушными они были в детстве. Да и сейчас – во взрослом возрасте – папа и мамы допускают гораздо меньше ошибок по сравнению с собственными детьми. Такое положение дел часто приводит ребенка в уныние, ведь ему кажется, что взрослые притворяются безупречными людьми, но когда чадо понимает, что это не так, то очень расстраивается.

Вот так просто, актуально и свежо смотрят на проблемы воспитания наши дети: не сравнивай, не притворяйся и будь прямолинейным, когда нужно. А ведь как часто мы прокалываемся на этих простых ошибках, хотя сами в детстве были бы не против, чтобы наши родители помогали найти ответы на все вопросы и видели в нас тех, кем мы, по сути, являемся, – детьми, живущими в новое и особенное время.