



Газета для родителей «Территория детства»

Выпуск №4

Я — декабрь, старший сын,
Льда и снега господин.
Я работы не боюсь,
Днём и ночью я тружусь:
Землю снегом посыпаю,
Речки льдами покрываю,
Чтобы дети не скучали
в эти зимние деньки,
Чтобы смело доставали
Санки, лыжи и коньки!



Здоровье



Прогулка и ее значение для здоровья детей.

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости, устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

На прогулке дети играют много, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшается аппетит.

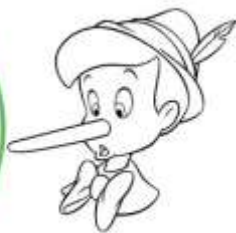
Прогулки дают возможность решать задачи нравственного воспитания. Воспитатель знакомит детей с родным городом, с трудом взрослых, которые озеленяют его улицы, строят красивые дома, асфальтируют дороги. При этом подчеркивается коллективный характер труда и его значение.

Ознакомление с окружающим способствует воспитанию у детей любви к родному городу. На участке дети трудятся, у них воспитывается трудолюбие, любовь и бережное отношение к природе. Они учатся замечать ее красоту.

Желаем Вам здоровья!



Советы специалистов



Ребенок врет и обманывает. Что делать?

Многие родители сталкиваются с тем, что ребёнок говорит неправду – врет и обманывает.

Как правило, реакция родителей на такое поведение – это поругать, пристыдить, наказать ребёнка.

Но как только вы начнёте понимать, почему ваш ребёнок врет и обманывает, тогда вы сможете помочь ему изменить своё поведение и стать более честным. Ключевое слово здесь – «помочь». Не заставить, не вынудить, а именно помочь ребёнку не врать и обманывать, а рассказать вам правду.

Причины почему ребенок врет и обманывает.

Если мы начнём разбираться, почему ребёнок врет и обманывает, то увидим, что он как раз-таки боится наказаний, криков и того, что его будут ругать. Получается какой-то замкнутый круг. Чем больше мы ругаем ребёнка за обман, тем он больше будет скрывать правду от нас в будущем. Какой из этого выход?

У детей, как правило, обнаруживаются довольно логичные основания скрывать правду – они хотят избежать неприятных последствий для себя, не хотят разочаровывать родителей, слушать крики и часовые нравоучения.

Ребёнку тяжело не врать, когда он точно знает, что его ожидает за правду очень неприятный исход. Поэтому, понимая все эти причины, нам нужно создать такие условия в семье, чтобы ребёнок мог легко рассказать нам всё, как есть.

Бывают и такие случаи, когда ребёнок хочет приукрасить ситуацию, чтобы произвести на других большее впечатление, приобрести больший вес в глазах окружающих. Это происходит тогда, когда ребёнок чувствует, что он недостаточно хорош таким, какой он есть.

И вместо того чтобы его ругать, его нужно понять и заверить в том, что с ним всё в порядке и ему совершенно необязательно придумывать о себе то, чего на самом деле нет. А может быть и так, что ребёнок не обманывает специально, а понял или запомнил ситуацию по-своему и пересказывает её именно так, как воспринял. В этом случае будет совершенно несправедливо говорить об обмане. Просто ребёнок запомнил всё именно так.

Для некоторых детей фантазирование является психологической защитой, которая помогает справиться с какими-то трудными обстоятельствами их жизни.

Например, у ребёнка умерла собака. Он не хочет в это верить и фантазирует, что собака на самом деле просто убежала и живёт в лесу. При этом он сам так начинает верить в эту фантазию, что рассказывает об этом окружающим. Можем ли мы говорить в этом случае, что ребёнок обманывает? Нет. Он использует фантазию, чтобы защитить себя от болезненных переживаний, к которым оказался не готов. В его субъективном, внутреннем мире, собака, действительно, живут в лесу. И он в это верит.

Ещё раз повторим: когда мы наказываем детей за ложь, они продолжают обманывать, в надежде избежать любого наказания в будущем. Следующие девять советов помогут вам сделать ваши отношения с ребёнком более доверительными. Они помогут вам наладить такой климат в семье, в котором детям будет несложно сказать правду.

Только наберитесь, пожалуйста, терпения и поймите, что ситуация не может измениться быстро. Нужно время, чтобы между вами снова выросло доверие. Будьте терпеливы и последовательны.

9 советов, которые помогут вашему ребенку не врать и говорить правду:

1. Сохраняйте спокойствие и реагируйте адекватно на поступки ребенка
2. Не провоцируйте ребенка на вранье и обман
3. Попробуйте понять, почему ребенок врет и говорит неправду
4. Отмечайте ребенка за честность
5. Объясните ребенку, что ошибки – это возможности чему-то научиться
6. Показывайте ребенку свою безусловную любовь и поддержку
7. Подавайте правильный пример
8. Не закрепляйте за ребенком ярлыки «обманщик» или «врунишка»
9. Никогда не жалуйтесь другим людям о том, что ребенок обманул вас



Играем вместе



Игры — одно из средств воспитания и обучения детей дошкольного возраста. Игра для дошкольников — способ познания окружающего. Если рассмотреть игру в разрезе федеральных государственных требований к реализации образовательных областей, то можно заметить, что она-игра соответствует каждой образовательной области: «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность», «Социализация», «Труд», «Познание», «Коммуникация», «Чтение художественной литературы», «Художественное творчество», «Музыка». Действительно, в игре ребенок развивается физически, у него воспитывается сообразительность, трудолюбие, инициатива. С помощью игр воспитатель осуществляет сенсорное воспитание детей, развивает познавательные процессы (любопытность, понимание взаимосвязи простейших явлений и т. д.). Он использует игру как средство развития мышления, речи, воображения, памяти, расширения и закрепления представлений об окружающей жизни. Учитывая, что игра является ведущей деятельностью детей дошкольного возраста, то в детском саду игру можно использовать в образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, в самостоятельной деятельности детей. А как использовать игры в домашних условиях? «Играем вместе с детьми», «Игры на кухне», «Роль игры в жизни ребенка». Учимся играть с ребенком в условиях семьи.

Например, «Игры на кухне»

Используя игру при организации повседневных домашних дел можно научить малыша многому полезному и интересному. Например, при приготовлении обеда можно на кухне поиграть с ребенком в следующие игры:

«Съедобное-несъедобное».

Цель: развитие внимания, памяти, расширение словарного запаса.

Правила игры: Взрослый называет разные предметы (например, картошка, нож, вилка, торт, кастрюля и т. п.) ребенок в свою очередь должен отвечать «съедобное» или «несъедобное». Потом можно поменяться ролями.

«Цвет, форма, размер»

Цель: развитие памяти, мышления, внимательности, логики.

Правила игры: Родитель предлагает ребенку назвать продукты (предметы на кухне) определенного цвета, формы, размера.

«Угадай»

Цель: формирование умения думать и анализировать, обогащение речи, развития творческого мышления, воображения, памяти.

Правила игры: Предложите ребенку угадать предмет, описываемый вами, на заданную тему. Потом пусть попробует описать предмет ребенок, а вы отгадываете!

«Кто больше»

Цель: развитие внимания, памяти, расширение словарного запаса.

Правила игры: Совместно с ребенком выберите тему игры (например, «Посуда») и по очереди называете посуду. Кто больше назвал, тот и выиграл!

«Назови ласково»

Цель: формирование навыков словообразования.

Правила игры: Родитель называет любое слово, а ребенок должен назвать его ласково, например, морковь-морковка, тарелка-тарелочка и т.д.

Задания на развитие мелкой моторики:

1. рассортировать белую и красную фасоль;
2. выложить из фасоли какую-нибудь фигуру, цифру, букву, слово...;
3. в мешочек положить крупу (рис/гречка/горох) и мелкие игрушки из киндер-сюрприза. Угадать на ощупь найденный в мешочке предмет;
4. посчитать сколько столовых (чайных) ложек, например, риса войдет чашку, банку...

Ребёнок очень рад минутам, подаренным ему родителями в игре. Общение в игре не бывает бесплодно для малыша. Чем больше выпадает дорогих минут в обществе близких ему людей, тем больше взаимоотношения, общих интересов, любви между ними в дальнейшем.

Фантазируйте и играйте на здоровье!



Сколько гулять с ребёнком зимой?

Таблица-памятка для родителей о продолжительности зимней прогулки с ребёнком при температуре воздуха не ниже -15°C

Возраст ребёнка	Продолжительность прогулки
До 1 года	1-1,5 часа
1-2 года	1-2 часа
2-4 года	1,5-3 часа
Больше 4 лет	2-4 часа

Разумным будет сократить время прогулки, если температура на улице опустилась ниже -15°C . Общее время прогулки с малышом младше 4 лет лучше делить на 2-3 отдельных выхода на улицу, например, утром, днём и вечером. Простывшим детям лучше воздержаться от прогулок в разгар болезни и сократить время пребывания на улице, когда ребёнок уже пошел на поправку.

Правильная одежда

Что нужно знать, одевая детей на зимнюю прогулку:

1. Не одевайте ребёнка слишком тепло «на всякий случай» — перегрев ничем не лучше переохлаждения. Наденьте на сына или дочь столько же слоёв одежды, сколько надели бы на себя, или на один слой больше, если собираетесь на прогулку с малышом до года.
2. Выбирайте свободную, не сковывающую движения одежду.
3. Проследите за тем, чтобы первый слой одежды на ребёнке был из синтетики или шерсти. Хлопок на вспотевшем теле быстро намокает и очень медленно высыхает.
4. Обувайте ребёнка в обувь по размеру — в тесных ботинках ноги рискуют получить обморожение.
5. Зимой на руках рекомендуется носить варежки — они сохраняют тепло лучше перчаток. Если ребёнок маленький, пришейте к варежкам резинку, чтобы малыш их случайно не потерял.

Совет родителям. Старайтесь поддерживать в квартире температуру 18-20° С. Так вы сможете избежать резкого перепада температур между улицей и домом, а ребёнок будет реже простужаться. Увлажняйте в квартире воздух с помощью увлажнителя или просто влажного полотенца на батарее. Из-за слишком сухого воздуха дыхательные пути пересушиваются, и дети легко заболевают.

ЗИМА



Зима — это не только радость от белого и пушистого снега, катания на санках и коньках, но и множество опасностей. Важно знать основные правила поведения зимой на улице.

Мастерская



Опыт № 1 - Мыльные пузыри на морозе

Нам понадобятся: Мыльные пузыри, морозная погода.

Опыт: Выносим баночку с мыльным раствором на сильный мороз и выдуваем пузыри. Сразу же в разных точках поверхности

возникают мелкие кристаллики, которые быстро разрастаются и наконец сливаются.

Если погода не очень морозная и пузыри не замерзают, понадобится снежинка: как только вы выдули мыльный пузырь, сбросьте на него снежинку, и вы увидите, как она тут же соскользнет вниз и пузырь замерзнет.



Опыт № 2 – Крышка из бумаги

Нам понадобится: Стакан, вода, бумага.

Опыт: Вырезаем квадрат из бумаги, кладем его на стакан и аккуратно переворачиваем. Бумага прилипла к стакану, как намагниченная, и вода не выливается. Чудеса!



Опыт № 3 - Самонадувающийся шарик. Нам понадобится:

- воздушные шарики
- пустая бутылка (1 или 1,5 л)
- чайная ложка
- воронка
- столовый уксус
- пищевая сода

Опыт: В бутылку наливаем уксус примерно на треть. Через воронку засыпаем в шарик 2-3 ч. л. соды. Надеваем шарик на горлышко бутылки, и он начинает надуваться. Заполненный углекислым газом шарик не сможет подняться вверх.

Чтобы воздушный шарик держался у потолка, потираем его о любой синтетический материал, а потом «приклеиваем» к потолку.

Это интересно

**БЕЛКИ
ИСПОЛЬЗУЮТ
ХВОСТ КАК
ЗОНТИК**



**ПТИЦА ПОД НАЗВАНИЕМ
ПЕРЕСМЕШНИК МОЖЕТ
ИМИТИРОВАТЬ
ПРАКТИЧЕСКИ ЛЮБОЙ ЗВУК**



**КОЛИБРИ -
ЕДИНСТВЕННАЯ ПТИЦА,
СПОСОБНАЯ ЛЕТАТЬ
НАЗАД**

