

**МБДОУ д/с № 49 города Ставрополя  
«ФЕЯ»**



**«Вестник № 9»**

**«АКАДЕМИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ»**

**2020-2021 учебный год**



## **Адаптация детей к условиям детского сада**

Поступление малыша в детский сад – это его первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям дается легко. Наша задача сделать так, чтобы период адаптации прошел для ребенка безболезненно. Для этого между нами, взрослыми, должны установиться дружеские, партнерские отношения.

Как известно, одна из главных задач педагогов и родителей – сохранение и укрепление здоровья детей. Чтобы ребенок рос здоровым и активным, нужно правильно организовать его деятельность на протяжении суток. В решении этой задачи очень важно соблюдать режим дня.



## В детский сад без слез

Период адаптации или привыкания к детскому саду можно и нужно облегчить. Как это сделать?

- ❖ Важно, собирая ребенка в детский сад, самому родителю быть спокойным и уверенным. Дети чувствуют волнение родителей. Ребенок должен понимать, что это обычный день, нужно рассказывать ему о том, что у всех свои дела – у родителей работа, у ребенка – детский сад, а вечером все вместе – домой.
- ❖ Если ребенок имеет свои привычки – это не самое лучшее время, чтобы отучать его! Достаточно дождаться окончания этого периода. Важно, чтобы дома ребенок чувствовал себя спокойно, ощущал поддержку, не был участником или наблюдателем разногласий и конфликтов.
- ❖ Режим дня и в выходные дни, и в период болезней необходимо сохранять такой же, как в детском саду. Для того, чтобы ребенок не переутомлялся, важно организовывать для него спокойный день, без особых всплесков эмоций.
- ❖ Любимая игрушка. Этот прием многим помогает. Ребенок приносит вещь из дома и чувствует себя спокойнее, она напоминает ему маму, дом.
- ❖ Придумывание сказок. Можно сочинить историю о ребенке или сказочном герое. О том, как он ходил в детский сад, как ему там нравилось, как он дружил с другими.

**Пройдет совсем немного времени, и вы увидите – ваш малыш полюбит детский сад!**



## Памятка для родителей «Как общаться с ребенком?»

- ✚ **Вместо приказа – просьба.** Откажитесь от риторических вопросов к ребенку типа: «Почему в комнате беспорядок? Почему ты все еще сидишь перед телевизором?» а просто попросите: «Убери игрушки на место, пожалуйста».
- ✚ **Вместо возмущения – активное слушание.** Если ребенок не выполняет Вашу просьбу и плохо себя ведет, значит, не удовлетворяются его основные потребности. Активное слушание должно быть направлено на выявление этой самой неудовлетворенной потребности. Например, ребенок не выполняет просьбу матери убрать разбросанные игрушки. Мама говорит без всяких вопросительных интонаций: «Тебе не хочется убирать сейчас игрушки, потому что ты устал. Тебе кажется, что это трудно». Эти простые слова могут иметь магическое действие – ребенок тут же займется уборкой. Почему? Просто мама заметила, что ему не хочется этого делать, проявила участие.
- ✚ **Вместо наказания и угрозы – поощрение.** Поощрения могут быть такими: мы сходим с тобой в кофе – мороженное, музей, на экскурсию, в кино, на прогулку, устроим чаепитие, пригласим твоего друга в гости, поиграем с тобой, порисуем и тому подобное.
- ✚ **Приказ, как утверждение** родительской власти, необходим, если ребенок упорно не приступает к выполнению Вашей просьбы. После того как Вы применили командный голос, нужно твердо стоять на своем. Повторяйте Ваш приказ до тех пор, пока не добьетесь выполнения.
- ✚ **Вместо наказания и угрозы – время для «остывания».** Можно отправить ребенка в свою комнату, чтобы он выпустил пар. Нужно помнить, что тайм – ауты не работают, если ребенок с удовольствием уходит в свою комнату. В таком случае для обдумывания своего поступка надо выделить другое помещение. По завершении тайм – аута снова повторите свою просьбу.

## Советы логопеда

### Изучаем звуки весело и легко!

#### Игры на развитие фонематического восприятия

учитель-логопед  
Н.И. Семернина

**«СТОП – ИГРА».** Загадайте звук, затем поочередно называйте различные слова. Как только ребенок услышит слово с изучаемым звуком, он говорит «стоп». Уточните, какое слово услышал ребенок. Начинайте игру в медленном темпе, постепенно ускоряя его.

**«РАЗВЕДЧИКИ».** Предложите ребенку стать разведчиком. Ему необходимо заглянуть на кухню, в шкаф, в любую комнату и найти как можно больше предметов с изучаемым звуком. Для подогревания интереса к игре можно устроить соревнование. Кто найдет больше предметов, тот и победил.

**«УГАДАЙ-КА».** Предложите ребенку угадать различные предметы по их описанию, напомнив при этом, что во всех словах «живет» изучаемый звук. Можно устроить небольшое соревнование среди членов семьи.

**«ИСПРАВЛЯЙ-КА».** Произнесите слова в «дефектном» произношении и попросите ребенка исправить ошибку. Можно использовать и другой вариант игры - показывать на определенный предмет называть его несколько раз. Как только ребенок услышит правильный вариант - ему необходимо хлопнуть в ладоши. (например, «шишка» - это фыфка? Это зызка? И т.д.)

**«БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН».** При чтении сказок, рассказов или стихов попросите ребенка запомнить как можно больше слов с изучаемым звуком из этого произведения. Аналогичное задание можно предложить при рассматривании иллюстраций в книге.

**«КТО БОЛЬШЕ?».** Можно устроить соревнование с членами семьи, кто больше придумает слов с заданным звуком.

**«МЫ – АРТИСТЫ».** Проговорите с ребенком скороговорку, чистоговорку или короткое стихотворение с изучаемым звуком несколько раз разными интонациями (удивленно, весело, грустно). Можно притвориться героем сказки. Рассказать стихотворение как Карабас-Барабас, как Микки-Маус, кот Матроскин, и т.д.

## Рекомендации для родителей «Если ребёнок дерётся»



**Выясните причину агрессии.** Среди причин, вызывающих агрессию ребёнка могут быть:

**Ревность** к появившемуся в семье новорожденному, возможно новому мужу, возможно к тому и другому.

**Особенности характера.** Не забывайте, что ребёнок – Ваше зеркало, он отражает не только всё хорошее, но и дурное, что в нас есть.

**Избалованность и неуверенность.** Возможно, ребенок не знает, кто в доме главный. Происходит это потому, что взрослые в семье настолько ориентируются во всём на желания, интересы, привычки малыша, что ему приходится взять на себя роль руководителя.

**Строгие наказания.** Вы строго наказываете ребёнка. По принципу: заслужил – стой в углу, оставайся без телевизора, конфет, игрушек или голос повышается Вами чаще, чем следовало. Наказывать детей надо только в тех случаях, когда происходит что-то серьёзное (воровство и т.п.), когда и поступок и последствия ребёнок должен запомнить на всю жизнь.

**Гиперопека.** Ребёнок настолько перегружен вниманием мамы и избыточным общением, что любые лишние контакты для него – стресс.

**Любопытство.** Если Вы слишком бурно реагируете на неадекватные поступки, кроха может из интереса и любопытства добиваться от Вас этой реакции.

**Недостаток внимания.** Когда хорошие поступки ребенка не замечаются, а воспринимаются как само собой разумеющееся, а замечаются только плохие поступки и поведение, то рано или поздно, ребёнок начнёт привлекать внимание взрослых «плохим» способом.

**Нежный возраст.** А может быть, Ваш ребёнок ещё слишком маленький и много просто не умеет и не знает? Не умеет попросить – отбирает, не умеет сказать: «Отойди – толкает...» Наша задача, как взрослых, любящих людей – научить своё чадо правильному взаимодействию с окружающими.

# «Чудеса с грядки» выставка поделок







## Роль родителей дошкольников в обучении правилам дорожного движения и безопасного поведения на улице

Родители – активные помощники педагогов в формировании у детей дисциплинированного поведения на улице, соблюдения ими правил безопасности.

Родители должны знакомить ребенка с правилами дорожного движения систематически, ненавязчиво. Для этого можно использовать соответствующие ситуации на улице во дворе, по дороге в детский сад.

Находясь с малышом на улице полезно объяснять ему все, что происходит на дороге с транспортом, пешеходами. Например, почему в данный момент нельзя перейти проезжую часть, какие на этот случай существуют правила для пешеходов и автомобилей, укажите на нарушителей, отметив, что они нарушают правила, рискуя попасть под движущиеся транспортные средства.

Чтобы развить у ребенка зрительную память, закрепить зрительные впечатления, предложите малышу, возвращаясь с ним из детского сада, самому найти дорогу домой, или наоборот, привести вас утром в детский сад.

Не запугивайте ребенка улицей – панический страх перед транспортом не менее вреден, чем беспечность и невнимательность!

Полезно читать ребенку стихи о Правилах дорожного движения и показывать рисунки с дорожными знаками и различными дорожными ситуациями.

Купите ребенку игрушечные автомобили, автобусы, светофоры, фигурки регулировщиков и организуйте игры по придуманным вами сюжетам, отражающим различные ситуации на улице. Игра хорошее средство обучения ребенка дорожной грамоте.

**Помните!** Ребенок учится законам улицы, беря пример с вас – родителей, других взрослых. Пусть ваш пример учит дисциплинированному поведению на улице не только вашего ребенка, но и других детей. Старайтесь сделать все возможное, чтобы оградить детей от несчастных случаев на дорогах!



# Рекомендации для родителей

## «Гарантия безопасности детей — специальное автокресло»

### ЧТО ТАКОЕ АВТОКРЕСЛО?



Детское автокресло — это удерживающее устройство для транспортировки детей в автомобиле. Автокресло предназначено для маленьких пассажиров от рождения до достижения ими роста 150 см (или веса 36 кг). Главная задача автокресла — обеспечить безопасность ребенка в аварии, при экстренном торможении или резких маневрах. Его польза очевидна — детское автокресло снижает вероятность смертельной травмы на 75%. Обязательное условие для этого — правильная установка сиденья в автомобиль.

### КАК ВЫБРАТЬ АВТОКРЕСЛО?



В первую очередь, определите, кресло какой группы подходит для вашего ребенка. Также при выборе важен возраст и, зачастую, рост ребенка, ведь все дети — яркие индивидуальности, в том числе и по своим внешним параметрам. Поэтому, в некоторых случаях определить правильную группу автокресла без специалиста очень сложно.



### ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ЭКОНОМИТЬ НА БЕЗОПАСНОСТИ РЕБЕНКА?



Бывают такие случаи, когда родителей, которые пришли за автокреслом, искренне возмущает его цена. «Кошмар!» — восклицают они, — «за что такие деньги?». При этом, многие такие родители не задумываясь покупают своим детям дорогие игрушки или совсем не экономят на бензине. Покупая автокресло, вы тратите деньги не на автокресло, а на безопасность своего ребенка. Очередная дорогостоящая игрушка — не признак любви. Настоящая забота проявляется в ответственности взрослых за своих детей.

## Памятка для родителей «Соблюдение правил дорожного движения»

*Уважаемые родители, причиной дорожно-транспортных происшествий чаще всего являются сами дети. Приводит к этому незнание элементарных основ правил дорожного движения, безучастное отношение взрослых к поведению детей на проезжей части.*

*Дети не умеют ещё в должной степени управлять своим поведением. Они не в состоянии правильно определить расстояние до приближающейся машины и её скорость, и переоценивают собственные возможности, считают себя быстрыми и ловкими. Избежать этих опасностей можно лишь путём соответствующего воспитания и обучения ребёнка.*



*Позвольте ещё раз напомнить вам основные правила, которые должен знать ребенок:*

- 1. Основные термины и понятия правил.*
- 2. Обязанности пешеходов.*
- 3. Обязанности пассажиров.*
- 4. Регулирование дорожного движения.*
- 5. Сигналы светофора.*
- 6. Предупредительные сигналы.*
- 7. Движение в жилых зонах и перевозка людей.*
- 8. Особенности движения на велосипеде.*

***Помните!!! Ребёнок учится законам дорог, беря пример с членов семьи и других взрослых. Не жалейте времени на обучение детей поведению на дороге.***



## Чтобы ваш ребёнок не создал опасную ситуацию на дорогах, он должен уметь: **Наблюдать за дорогой**

1. Находясь с ребёнком на проезжей части, не спешите, переходите дорогу размеренным шагом. Иначе вы научите спешить там, где надо наблюдать и обеспечить безопасность.
2. Учите ребёнка замечать машину. Иногда ребёнок не замечает машину издали. Научите его всматриваться вдаль.
3. Учите ребёнка оценивать скорость и направление будущего движения машины. Научите ребёнка определять, какая едет прямо, а какая готовится к повороту.

4. Учите ребёнка смотреть. До автоматизма должна быть доведена привычка осматривать улицу в обоих направлениях прежде, чем сделать первый шаг с тротуара на проезжую часть. Особенно внимательно надо осматривать улицу, когда на противоположной стороне находится родной дом, знакомые или когда ребёнок переходит улицу вместе с другими детьми - именно в этих случаях легко не заметить машину.



## Правильно оценивать дорожную обстановку во всей ее изменчивости

### Правило №1.

Нельзя выходить на дорогу из-за стоящих машин: выглянуть, убедиться, что опасности нет, и только тогда переходить улицу.



### Правило №2.

Не обходите стоящий автобус ни спереди, ни сзади! Надо подождать, пока автобус отъедет, и лишь затем переходить дорогу.

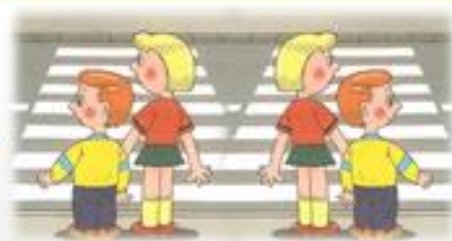
### Правило №3.

И у светофора можно встретить опасность! Дети часто рассуждают так: «Машины еще стоят, водители меня видят и пропустят». Они ошибаются. Если погас зеленый сигнал светофора для пешеходов - нужно остановиться. Ребенок должен не только дождаться нужного света, но и убедиться в том, что все машины остановились.



#### Правило №4.

Вырабатывайте у ребенка привычку всегда перед выходом на дорогу, даже если на ней нет машин, приостановиться, оглядеться, прислушаться - и только тогда переходить улицу.



#### Правило №5.

Прочные навыки транспортного поведения детей формируются только повседневной систематической тренировкой! Во время каждой прогулки с детьми, поездки с ними по делам, в гости, за город и т.п. учите их наблюдать за улицей и транспортом, анализировать встречающиеся дорожные ситуации, видеть в них опасные элементы, безошибочно действовать в различных обстоятельствах.

#### Правило №6.

Не надо прививать детям излишнее чувство страха перед дорожным движением, движущимися автомобилями. Пусть все, что связано со школой, в том числе и дорога, у ребенка ассоциируется с ярким и добрым. При этом надо научить его быть внимательным, а это непростая вещь. Опытные водители знают, например, что подавать звуковой сигнал при виде бежущего через проезжую часть ребенка опасно. Ребенок может поступить непредсказуемо – вместо того, чтобы остановиться, он может понестись без оглядки под колеса другому автомобилю. Даже те дети, которые знают правила дорожного движения, случается, их нарушают. Не сочтите за труд помочь детям. Может быть, вам придется остановить ребенка, который не хочет дожидаться сигнала светофора. Делайте это доброжелательно.

### **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:**

1. Не спешите, переходите дорогу размеренным шагом. Выходя на проезжую часть дороги, прекратите разговаривать - ребенок должен привыкнуть, что при переходе дороги нужно сосредоточиться.
2. Не переходите дорогу на красный или желтый сигнал светофора, как бы вы при этом не торопились. Переходите дорогу только в местах, обозначенных дорожным знаком «Пешеходный переход».
3. Из автобуса, троллейбуса, трамвая, такси выходите первыми. В противном случае ребенок может упасть или побежать на проезжую часть.
4. Привлекайте ребенка к участию в ваших наблюдениях за обстановкой на дороге, показывайте ему те машины, которые готовятся поворачивать, едут с большой скоростью и т.д.
5. Не выходите с ребенком из-за кустов или машины, не осмотрев предварительно дорогу - это типичная ошибка и нельзя допускать, чтобы дети ее повторяли.
6. Не разрешайте играть вблизи дороги и на проезжей части.
7. Применяйте при поездках ремни безопасности детские автокресла.



## **Советы для родителей**

### **«Что делать если ребенок не реагирует на замечания?»**

- Умейте слушать ребенка.
- Не перебивайте ребенка, не отворачивайтесь от него, пока он не закончил рассказывать.
- Не принуждайте ребенка делать то, к чему он не готов.
- Не требуйте сразу очень многого.
- Не критикуйте ребенка в присутствии других детей.
- Не устанавливайте для ребенка множество правил: он перестанет обращать на них внимание.
- Не ожидайте от ребенка дошкольного возраста понимания всех логических связей, абстрактных рассуждений и объяснений.
- Не сравнивайте ребенка с другими детьми.
- Поощряйте в ребенке любопытство и воображение, стремление задавать вопросы.
- Установите жесткие и четкие требования к ребенку, они должны быть простыми и понятными.
- Родители должны демонстрировать полное согласие между собой в вопросах воспитания.
- Не скупитесь на похвалу.

# Конкурс «Новогодняя игрушка»



## **Артикуляционная гимнастика в домашних условиях**

Артикуляционная гимнастика – это специальные упражнения, которые укрепляют мышцы речевого аппарата, развивают их силу и подвижность.

**Упражнение «Лягушка».** Удерживание губ в улыбке, как бы беззвучно произнося звук **и**. Передние, верхние и нижние зубы обнажены.

*Тянуть губы прямо к ушкам очень нравится лягушкам.*

*Улыбаются, смеются, а глаза у них, как блюдца.*

*Как веселые лягушки тянем губки прямо к ушкам.*

*Потянули – перестали. И нисколько не устали!*

**Упражнение «Слон».**

Вытягивание губ вперёд трубочкой, как бы беззвучно произнося звук **у**.

*Подражаю я слону - губы хоботом тяну.*

*А теперь их отпускаю и на место возвращаю.*

**Упражнение «Лягушка - слон».** Чередование положений губ: в улыбке - трубочкой. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

*Свои губы прямо к ушкам растяну я, как лягушка.*

*А теперь слонёнок я, хоботок есть у меня.*

**Упражнение «Часики».** Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Кончик языка поочерёдно касается то левого, то правого угла рта. Упражнение выполняется ритмично, под счёт. Подбородок не двигается!

*Тик-так, тик-так, ходят часики вот так.*

**Упражнение «Лопаточка».** Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Широкий, расслабленный язык лежит на нижней губе. Такое положение удерживается 5-10 сек. Если язычок не хочет расслабиться, можно похлопать его верхней губой, произнося при этом: пя-пя-пя.

*Язычок широкий, гладкий, получается лопатка.*

*И при этом я считаю: раз, два, три, четыре, пять...*

**Упражнение «Иголочка».** Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Высунуть изо рта узкий, напряжённый язык. Удерживать 5-10 сек.

*Язычок вперёд тяну, подойдёшь, и уколою.*

*И опять буду считать: раз, два, три, четыре, пять...*

**Упражнение «Лопаточка-иглолочка».** Чередование положений языка: широкий - узкий. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

*Язык лопаточкой лежит и нисколько не дрожит.*

*Язык иглолочкой потом и потянем остриём.*



## Игры для развития мелкой моторики рук дома

Необходимо обязательно стимулировать речевое развитие детей путем тренировки движений пальцев рук.

### Игра «Перебери горох»

Перед ребенком стоят два блюдечка, в одном из которых горох. Предложить переложить горох из одного блюдечка в другое, беря горох двумя пальцами.

### Игра «Золушка»

Предлагается рассортировать фасоль - переложить из тарелки, где фасоль смешана, в другую тарелку, отделив белую фасоль от красной.

### «Чудеса из манной крупы»

Рисовать по манке пальчиком. Это очень интересное и увлекательное занятие. Помогает ребёнку тренировать мелкую моторику.



## Как вырастить защитника



## **Советы для родителей**

### **«Как привить ребенку любовь к книгам»**

*Демонстрируйте собственный положительный пример*, много и регулярно читая. Малыши очень любят перенимать и копировать родительские привычки.

*Подбирайте книгу по возрасту и интересам*. Для маленьких детей лучшей литературой будет большая книга с яркими иллюстрациями и минимумом текста. Более старшим детям подойдут книжки с крупным шрифтом.

*Читайте по ролям*. Подберите басню, сказку или короткое стихотворение с диалогами, которые можно читать по ролям. Проговаривайте свои слова эмоционально, показывая неподдельную реакцию: юмор, страх, интерес.

*Делайте перерыв на самом интересном месте*. Растяните удовольствие от книги на несколько вечеров. Нетерпеливый ребенок обязательно захочет услышать, что же происходит с его любимым героем дальше.

*Поддерживайте детский интерес к прочитанному*. Например, после прочтения народной сказки про Машу и медведя сходите в зоопарк – пусть ребенок посмотрит на косолапого. В домашней библиотеке есть «Золушка»? Купите билеты на одноименный спектакль в кукольный или драматический театр. И, наоборот, после мультфильма про Дюймовочку предложите детям прочитать сказку Андерсена.

*Возьмите на вооружение аудиокниги и интерактивные сказки*. Лучшие образцы отечественной и зарубежной литературы сейчас доступны и в формате аудиокниг. В последнее время стали популярными и так называемые интерактивные сказки, где ваш малыш может стать главным героем произведения. Такие красочные истории наверняка вызовут искренний интерес и к бумажным текстам.

*Не бросайтесь в крайности*. Не стоит заикливаться на книгах, считая их лучшим средством для детского развития. В жизни маленького ребенка должны присутствовать не только литературные произведения, но и обычные детские занятия: возня с друзьями, шумные игры на улице, поездки на природу и дачу, походы в зоопарк, цирк, театр.

**Чтение – это особый ритуал со своей неповторимой атмосферой, который порождает игру воображения и полет фантазии. Читайте книги каждый день, относитесь к ним трепетно, и в этом случае ваш ребенок сам, без понукания, возьмет в руки заветный томик со сказкой или стихами.**

## Укрепляйте здоровье детей!

**Дорогие родители! Не теряйте времени напрасно, не упускайте возможность укрепить здоровье своих детей – потом придется заниматься лечением, а это гораздо сложнее и менее эффективно. Закаливание – это прекрасное и доступное средство укрепления здоровья. При систематических занятиях закаливающими процедурами совершенствуются ответные реакции детского организма на переохлаждение, перепад температуры, дети реже болеют простудными заболеваниями.**



*Закаливание одно из подходящих вариантов для тех, кто хочет сохранить своё здоровье и здоровье своих детей. Закаливание даёт возможность избежать многих заболеваний, повысить иммунитет. Конечно, родители боятся закалывать детей в домашних условиях. В закаливании, как в любом другом начинании важен позитивный настрой. На первых порах нужно постараться преобразовать эту процедуру в интересную игру.*

**Закаливание солнцем** – эффективное средство оздоровления и стимулирования роста ребёнка. Успешно используется закаливание солнцем в борьбе с рахитом. Обладающие высокой биологической активностью ультрафиолетовые лучи, воздействуя на человека через кожу, повышают устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды, болезнетворным микробам. Повышают иммунитет, снижают риск заболеваний. Закаливание воздухом повышает устойчивость организма к низким воздействиям Низких температур.



**Закаливание воздухом** включает проветривание помещений, в том числе, в холодное время года, в присутствии детей, прогулки на свежем воздухе в любую погоду. Длительность прогулок зависит от самочувствия ребёнка и его настроения.

Неплохо (из-за простоты и доступности) делать ребёнку **ножные ванны**. Летом закаливание можно начинать с хождения босиком по траве, мокрой после дождя, росы, по мокрым камням и песку. Зимой полезно ходить босиком по комнате. С детьми необходимо строго соблюдать принципы и правила закаливания, обращая особое внимание на постепенность увеличения силы раздражения и реакцию ребёнка.



**Обливание** – такая закаливающая процедура, которую необходимо Начинать летом. Лейку или ведро наполните водой температурой 36 – 34 градуса, далее в течении 2 минут, последовательно, начиная с головы, обливайте все части тела.

**Обтирание** – мероприятие подготавливающие организм человека, к таким закаливающим процедурам, как обливание и холодный душ.



**Некоторые правила закаливания ребёнка:**

1. Закаливающие процедуры будут гораздо эффективнее, если будут вызывать удовольствие и весёлый смех.
2. Станьте примером для подражания.
3. Начинайте закаливание только в том случае, если ребёнок полностью здоров.
4. Продолжительность процедур увеличивайте постепенно.
5. Не допускайте переохлаждения ребёнка.
6. Процедуры должны проводиться систематически.
7. Если придерживаться основных правил закаливания в домашних условиях, мы сможем защитить ребёнка от частых простуд, хронических заболеваний, плохого настроения.

*Важно также иметь в виду, что дело не только в закаливающих процедурах: надо буквально круглые сутки создавать ребёнку такие условия, которые способствовали бы тренировке терморегулирующих механизмов его организма. Надо не сразу, не резко, но перестать кутать ребенка. Часто болеющим детям свойственна чрезмерная потливость, и вы, наверное, не раз замечали, раздевая своего малыша после прогулки, что ручки у него вроде бы озябли, а спина потная. Влажная кожа очень быстро охлаждается, и вследствие перегрева ребенок тоже может заболеть.*

*Помните, что день без прогулки – потерянный день! Старайтесь, чтобы ребёнок, особенно летом, как можно больше времени проводил на воздухе.*

*Не бойтесь открытых форточек прохладный свежий воздух не враг, а друг часто болеющего ребенка.*

*Правильное физическое воспитание - главный барьер против ОРВИ.*

**Спасибо за внимание!**



## Памятка для родителей «Игровой самомассаж дома»

Определение самомассажа вытекает из его названия. Массаж ребенок делает себе сам. Это может быть самомассаж мышц головы, шеи, ушных раковин, мышц языка, лица, самомассаж рук.

Самомассаж – благотворительно влияет на внутренние органы, воздействуя на биологически активные точки тела.

Самомассаж – это один из методов коррекции речи детей.



## Самомассаж рук

**1. «Ручки греем»** - упражнение выполняется по внешней стороне ладони.

Очень холодно зимой,  
Мерзнут ручки – ой, ой, ой!  
Надо ручки нам погреть,  
Посильнее растереть.



**2. «Стряпаем»** - имитируем скатывание колобков, по 4 раза влево и вправо.

Мы постряпаем ватрушки,  
Будем сильно тесто мять.  
Колобочков накатаем,  
Будем маме помогать.



**3. «Точилка»** - сжав одну руку в кулачок, вставляем в него поочередно по одному пальцу другой руки и прокручиваем влево-вправо каждый пальчик по 2 раза.

Мы точили карандаш,  
Мы вертели карандаш.  
Мы точилку раскрутили,  
Острый кончик получили.



**4. «Пила»** - ребром ладони одной руки «пилим» по ладони, предплечью другой руки.

Пилим, пилим мы бревно –  
Очень толстое оно.  
Надо сильно постараться,  
И терпения набраться.



**5. «Надеваем браслеты»** - одной рукой изображаем «надетый браслет», круговыми движениями от кисти к локтю двигаем «браслет», прокручивая его влево-вправо.

Мы браслеты надеваем,  
Крутим, крутим, продвигаем,  
Влево-вправо, влево-вправо,  
На другой руке сначала.



# Памятка для родителей

## «Безопасность ребенка на улице и дома в летний период»

Памятка для родителей



## БЕЗОПАСНОСТЬ ЛЕТОМ

### Безопасность на улице

#### Объясните ребенку, что нельзя:

- идти гулять, не предупредив взрослых;
- уходить от своего дома, двора;
- играть на пустырях, возле заброшенных домов, строек, сараев, в подвалах и на чердаках;
- входить в лифт с незнакомыми людьми;
- брать угощения, подарки от незнакомых людей;
- подбирать на улице (в подъезде) шприцы, бутылочки из-под лекарств и т.д.;
- лазать по деревьям, заборам;
- трогать бездомных кошек, собак и любых других животных или птиц;
- идти со старшими ребятами, которые хотят втянуть в опасную игру (например: пойти играть в лес, разжечь костер, поиграть на стройке и т.д.). Нужно научить ребенка твердо говорить «нет», если ему что-то не нравится или смущает.



# ДОРОГА ЛЕТОМ

## Некоторые климатические особенности сезона:



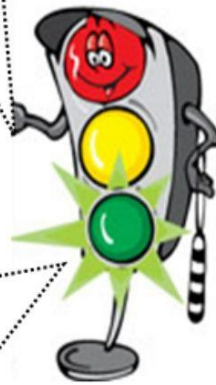
- ✦ длинный световой день
- ✦ дожди
- ✦ туманы

## Дорожная обстановка:

- ✦ снижение количества местного транспорта и увеличение приезжих
- ✦ снижение видимости во время дождя, тумана

## Возможные транспортные ситуации

- ✦ превышение скоростного режима
- ✦ незнание приезжими водителями местности
- ✦ заносы на скользкой дороге
- ✦ внезапное появление детей на дороге



## Возможные опасные ситуации с детьми:

- ✦ подвижные игры во дворе, у дорог
- ✦ переход дорог
- ✦ игры вечером
- ✦ катание на велосипедах, мопедах, скутерах
- ✦ посещение магазинов, внешкольных учреждений
- ✦ появление на загородных шоссе

## Отрицательные факторы, влияющие на детей:

- ✦ отсутствие контроля взрослых в течение дня
- ✦ длительное пребывание детей на улице
- ✦ активная дворовая жизнь
- ✦ ослабленное внимание во время подвижных игр
- ✦ адаптация к новым условиям во время отдыха вне дома



# Как организовать летний досуг с ребенком



Рекомендации родителям, как организовать летний досуг с ребенком

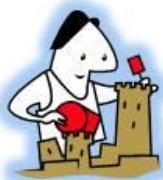


## Давайте почитаем!

Летом постарайтесь посвятить свободное время чтению с ребенком. Можно прочитать ему сказки. Читайте ребенку стихи русских поэтов о природе.

Познакомьте ребенка с пословицами и поговорками о летних явлениях природы.

*Роса и туман живут по утрам.  
Дождливое лето хуже осени.*



### Лето

Если в небе ходят грозы,  
Если травы расцвели,  
Если рано утром росы  
Гнут былинки до земли,  
Если в рощах над калиной  
Вплоть до ночи гул  
пчелиный,  
Если солнышком согрета  
Вся вода в реке до дна –  
Значит, это уже лето.

Значит, кончилась весна! *Е. Трутнева*

Родник  
Случится, в солнечный денёк  
Ты в лес уйдёшь поглуше –  
Присядь попробуй на пенёк,  
Не торопись. Послушай.  
...Шумит листва.  
Шуршит трава.  
Не умолкают птицы,  
Родник в траве журчит едва,  
Спеша на свет пробиться.  
Как будто всё поёт вокруг  
Про солнце в поднебесье...  
Послушай, маленький мой  
друг,  
Не та ил эта песня?

*Я. Аким*



### Весёлое лето

Лето, лето к нам пришло!  
Стало сухо и тепло.  
По дорожке прямиком  
Ходят ножки босиком.  
Кружат пчёлы, вьются птицы,  
А Маринка веселится.  
Увидала петуха:  
- Вот так чудо! Ха-ха-ха!  
Удивительный петух:  
Сверху – перья, снизу – пух!  
Увидала поросёнка,  
Улыбается девчонка:  
- Кто от курицы бежит,  
На всю улицу визжит,  
Вместо хвостика крючок,  
Вместо носа пятачок,  
Пятачок дырявый,  
А крючок вертячий?  
А Барбос рыжий пёс,  
Рассмешил её до слёз.  
Он бежит не за котом,  
А за собственным хвостом.  
Хитрый хвостик вьётся,  
В зубы не даётся.  
Пёс уныло ковыляет,  
Потому что он устал.  
Хвостик весело виляет:  
«Не достал! Не достал!»  
Лето, лето к нам пришло!  
Стало сухо и тепло.  
По дорожке прямиком  
Ходят ножки босиком.

*В. Берестов*



## Посещение зоопарка

Обращайте внимание на то, что за животными нужно ухаживать, кормить и поить, расскажите о том, что делают сотрудники зоопарка. Рассказывайте о повадках животных, чем они питаются, где живут.

## Заповедник, ботанический сад

Ребенок нуждается в единении с природой. Чтобы научиться жить в гармонии с природой, нужно привить любовь к ней с самого раннего возраста. Сами покажите ребенку как вы любите природу.

## Плавание, игры на воде

Ваш ребенок умеет плавать? Запишитесь на занятия плаванием и ходите в бассейн вместе с вашим ребенком. Берег моря, реки - прекрасное место для совместных игр. Дети с удовольствием поиграют в спасателей вместе с вами.

Как вы видите, существует множество разнообразных занятий для вас и вашего ребенка. Не просто сидите дома! Выходите и действуйте! Только не забывайте про **безопасность** детей во время прогулок!



