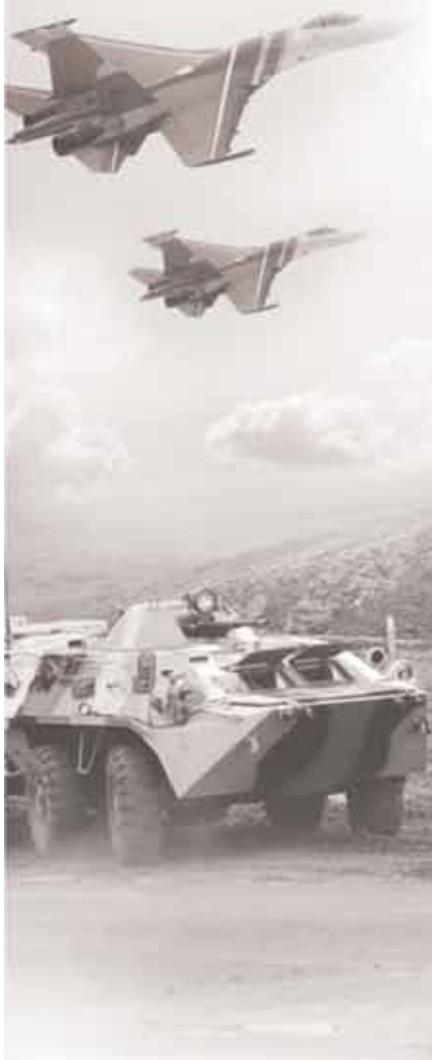


ДОШКОЛЬНИК-НИК

23
ФЕВРАЛЯ

**Новых
побед,
воплощения идей,
Мирных,
счастливых,
безоблачных дней!**



23 февраля - День Защитника Отечества!



В нашей стране, пожалуй, всем известно, что 23 февраля – это День Защитника Отечества, который празднуется в России очень давно. Но мало кто знает, откуда произошёл праздник и какую историю под собой имеет...

28 января 1918 года был принят декрет Совнаркома о создании Рабоче-крестьянской Красной Армии. В этот день рабочие должны были дарить подарки солдатам.

Одна из традиций праздника в Москве — торжественная церемония у стен Кремля, возложение венков к Могиле Неизвестного Солдата. В Александровский сад прибывают Президент России, военное руководство, представители власти, руководители политических партий. После минуты

молчания звучит государственный гимн, затем торжественным маршем проходит рота почётного караула. Вечером в Москве и во многих других городах России производится праздничный салют.

В целях патриотического воспитания, развития в детях чувства долга перед Отечеством, любви к Родине, в детских садах проводится комплекс мероприятий, приуроченных к празднованию 23 февраля.

В рамках таких мероприятий дети знакомятся с историей праздника, особенностями его проведения в различные исторические эпохи, отдельными историями конкретных людей — военных. Викторины и разгадывание загадок по теме праздника дают возможность ребятам проявить свои эрудицию и смекалку и

узнать что-то новое. Дети готовят стихотворения к 23 февраля, их выразительное чтение. Педагоги вместе с детьми создают своими руками подарки папам.

В группах проходят выставки детских работ, постеров на тему: «Наши папы». Особенно интересно проходят соревнования с привлечением родителей в качестве участников. Важно отметить, что благодаря совместным развлечениям дети приобретают уверенность в свои силы, набираются храбрости, находчивости, сообразительности и большого чувства гордости за своих родителей.

Ежегодно воспитанники детских садов принимают участие в муниципальном конкурсе «Смотр строя и песни». Ребята с огромным удовольствием учатся маршировать, ходить строевым шагом, выполнять команды, поют военные песни.

Важно, что этот праздник любим, что этот праздник нужен, что в этот день все служивые и служившие мужчины чувствуют себя немножечко героями и полноправными защитниками Отечества.

*Педагог-психолог
Назмиева Л.С. МБДОУ №45*

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

РАСТИМ БУДУЩИХ МУЖЧИН.

Есть три вещи, которые необходимо утверждать в мальчиках и юношах: долг мужчины, ответственность мужчины, достоинство мужчины.

В.А. Сухомлинский

Особенности воспитания мальчиков таковы, что сделать из них хороших помощников и надёжных защитников лучше получится у мамы. И нужно для этого всего-то ничего — просто оставаться женщиной, любящей, нежной, ласковой и слабой.

Мама, воспитывая сына, никогда не должна

забывать, что рядом с ней, пусть и маленький, но мужчина. А уж как вести себя в обществе мужчины она точно знает. Это наша величайшая беда — мы смотрим на мальчиков как на какие-то заводные машины, которые создают постоянный, раздражающий шум и при этом не требуют ни заботы, ни общения, ни участия со стороны родителей.

В семье родился мальчик. Как хочется, чтобы он вырос настоящим мужчиной! Каждая мать и каждый отец хотели бы видеть в своем малыше будущего мужчину, именно НАСТОЯЩЕГО мужчину.

Растим будущих мужчин.

Что подразумеваем мы под фразой - «настоящий мужчина»? Сильный? Умный? А какой еще? Ведь прежде, чем воспитывать, что бы то ни было в своем ребенке, необходимо знать, какие качества стоят за этой фразой.

Какие же качества необходимо воспитывать в мальчике? – прежде всего, чувство ответственности, способность принимать решения и способность любить. Когда начинается воспитание именно мужчины, а не ребенка вообще? – чем раньше, тем лучше. Малыш еще только начал ходить, а его любимые игрушки машинки и кубики? – вот уже первые признаки проявления мужской личности; значит, пора приниматься за воспитание «настоящего мужчины». Маленький мальчик нуждается в любви и тепле ничуть не меньше девочки, а также в понимании родителями своих маленьких бед. «Заласкать» малыша до семи лет практически невозможно. Когда ребенок подрастет, он сам скажет: «мама, ну хватит меня обнимать!». От рождения до трех лет ребенок проходит школу любви, и то, как родители относятся к нему, так он и будет ощущать себя в течение всей взрослой жизни, так будет относиться к своей жене и своим детям. Малыш, воспитанный в чрезмерной строгости вырастает черствым и неспособным к искреннему чувству любви. Малыш упал и плачет? Подойдите, обнимите и пожалейте – это только поможет воспитать мужественность. Полезно взять за правило каждый день говорить ему, как он любим. Лучше выбрать время перед сном, наедине. И говорить об этом искренне, не стесняясь.

Маленького мальчика НЕОБХОДИМО хвалить за успехи, пусть даже небольшие. Начал сам есть ложкой? – похвалите; составил башню из двух кубиков? – заметьте это; после дневного сна остались сухими штанишки? – обязательно покажите радость за успехи сына. Всегда и везде необходимо поддерживать в маленьком мужчине положительную мотивацию – похвалой и обещанием чего-то приятного, за выполнение требований родителей, а не наказаниями за невыполнение. Реагировать на промахи тоже нужно очень осторожно. Легко сказать: «Ну вот, какой ты неряха! Опять пролил суп!» - привычная ситуация из детства многих современных пап и мам. Старайтесь оценивать поступок, а не ребенка: «Плохо, что разлит суп, но это поправимо...»

Труднее похвалить за те несколько ложек, которые малыш съел аккуратно, еще труднее помочь малышу самому убрать пролитый суп. Конечно, у мамы получится лучше и

быстрее, но для маленького мужчины важно знать, что он может сам сделать что-то хорошо бы назвала «воспитание самостоятельности». Следующее правило воспитания мужчины: не относиться к нему как к маленькому, нужны какие-то дела, пусть очень простые, которые он будет делать САМ. Например, складывать кубики в коробку после игры, приносить маме свои носочки перед прогулкой, или нести пачку сливочного масла из магазина («помогать» маме или папе) и не страшно, если масло упадет, важно чувство самостоятельности, которое закладывается в этот момент. Внутреннее ощущение «помощника» крайне важно, поскольку позже оно трансформируется в «кормильца» и «защитника».

Малышу необходимо научиться выбирать. К полутора - двум годам ребенок уже сам может выбрать игрушку, которой он будет играть или майку, которую он наденет на улицу, или ложку, которой он будет есть кашу. Все эти «мелочи» значительно помогают в воспитании чувства ответственности у сына.

Еще одно правило воспитания мужчины: следить за тем, чтобы он играл в созидательные игры. Игра в «войнушку» - неотъемлемая часть детства любого мальчика. Малыш начинает «стрелять» из «пистолета» уже к полуторагодовалому возрасту, даже если у него вместо пистолета ложка или палка. Помимо «военных» игр родителям нужно поддерживать и игры, направленные на созидание: строительство из кубиков и конструктора, игра с игрушечными инструментами (даже если это поначалу просто стук игрушечным молотком по всем предметам подряд), лепка, «починка» машинок, строительство дороги из подручных средств, складывание коробочек и т.п. Такие игры сами незаметно приведут к появлению любимого дела в более старшем возрасте.

Дорогие мамы и папы! Помните, воспитание мужчины – процесс очень ответственный, а решающую роль в этом процессе занимают образцы поведения мужчин, окружающих малыша.

Мухомедзянова Г.А. воспитатель МБДОУ №67



МАТЕМАТИКА ВОКРУГ НАС

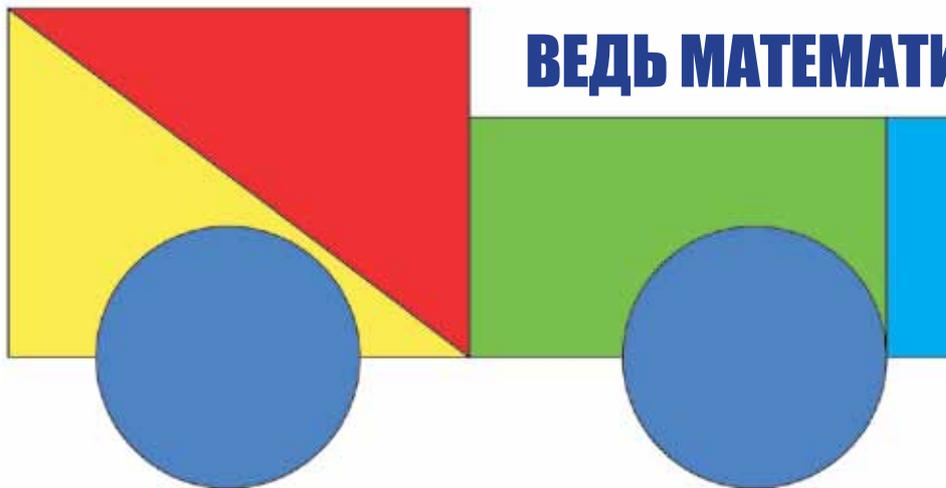
Математика обладает уникальным развивающим эффектом. «Она приводит ум в порядок», т.е. наилучшим образом формирует привычки мыслительной деятельности и качества ума, ее изучение способствует развитию памяти, речи, воображения, эмоций; формирует настойчивость, терпение, творческий потенциал личности.

Известно и то, что от эффективности математического развития ребенка в дошкольном возрасте зависит успешность обучения математике в начальной школе.

Наверно, вы удивитесь, но главное при обучении счету вовсе не овладение вычислительными навыками, а понимание того, что означают числа и для чего они нужны. Кроме того, стоит до школы научить ре-

бенка различать пространственное расположение предметов (вверху, внизу, справа, слева, под, над и т. д.), узнавать основные геометрические фигуры (круг, квадрат, прямоугольник, треугольник). Важно также, чтобы малыш различал величину предметов, понимал, что значит больше, меньше, часть, целое. Если ребенок посещает детский сад или школу дошколят, всему этому он обучается на специальных занятиях. Но знания его будут прочнее, если вы будете их закреплять и дома.

Как же помочь ребенку в развитии математических способностей, как заниматься с ним дома? Думаю, что совершенно не нужно организовывать с ребенком занятия, как в детском саду, по формированию элементарных математических представлений. Достаточно будет просто повнимательнее оглянуться вокруг.



ВЕДЬ МАТЕМАТИКА - ВОКРУГ НАС.

Из каких геометрических фигур построена машина?

СЧЕТ В ДОРОГЕ

Маленькие дети очень быстро устают в транспорте, если их предоставить самим себе. Это время можно провести с пользой, если вы будете вместе с ребенком считать. Сосчитать можно проезжающие трамваи, количество пассажиров-детей, магазины или аптеки. Можно придумать каждому объект для счета: ребенок считает большие дома, а вы маленькие. У кого больше?

СКОЛЬКО ВОКРУ МАШИН?

Обращайте внимание ребенка на то, что происходит вокруг: на прогулке, на пути в магазин и т. д. Задавайте вопросы, например: «Здесь больше мальчиков или девочек?», «Давай сосчитаем, сколько скамеек в парке», «Покажи, какое дерево высокое, а какое самое низкое», «Сколько эта-

жей в этом доме?» И т. д.

- Сосчитай автомобили на стоянке. Сколько красных? Сколько светлых? Сколько темных?

Подведите размышления ребенка к пониманию того, что большое число состоит из нескольких меньших.

ДАЛЕКО ЛИ ЭТО?

Гуляя с ребенком, выберите какой-нибудь объект на небольшом расстоянии, например лестницу, и сосчитайте, сколько до нее шагов. Затем выберите другой объект и также сосчитайте шаги. Сравните измеренные шагами расстояния - какое больше? Постарайтесь вместе с ребенком предположить, сколько шагов потребуется, чтобы подойти к какому-то близкому объекту. Вы можете пойти до какого-то места обычными шагами, потом повернуться кругом и по-

смотреть, насколько меньше шагов вам потребуется, если обратно вы пойдете гигантскими шагами.

СКОЛЬКО ВСЕГО?

Выберите вместе с ребенком что-нибудь для подсчета. Можно показать ему на улице какое-нибудь дерево, например тополь, и научить узнавать его. А потом дать задание сосчитать, сколько тополей на улице, по которой вы гуляете. Можно подсчитать, сколько прошло мимо людей в очках, сколько зеленых машин припарковано на вашей улице или сколько магазинов в вашем микрорайоне.

- Найди и назови геометрические фигуры в автобусе.

Выясните с ребенком, что кроме круглых колес, дисков, фар, руля, в нем много разных прямоугольников. Прямоугольную форму имеют корпус, окна, двери и пр. Причем располагаются они по-разному. Какие-то горизонтально, а какие-то вертикально.

- Сосчитай этажи в доме. Сколько в этом доме этажей? Расскажите о том, что 1-ый этаж находится внизу. Чем выше, тем большим числом обозначается этаж. Поэтому этажи нужно считать снизу вверх, лучше по краю дома. Уточните, на каком этаже живет ваша семья. Предложите ребенку найти такой же по счету этаж, используя порядковый счет: первый, второй... пятый. Зафик-

сируйте его, обратив внимание на какой-нибудь предмет. Расскажите, что этажи располагаются рядами по всей длине дома.

- Сравни 1,5,9 этажи. Какой и где по высоте находится? Научите ребенка понимать и использовать в речи такие пространственные признаки, как низко, высоко, ниже, выше.

Проходя рядом с проезжей частью дороги, дайте ребенку ряд заданий:

- Сравни по ширине проезжую часть, тротуар и тропинку, ведущую

от тротуара к тому дому. Какая тропинка? Какой тротуар? Какая проезжая часть? Что чего шире? Что чего уже? Сравни их по длине.

Помогите малышу. Обратите его внимание на то, что тропинка начинается у тротуара и заканчивается у дома. Тротуар же хоть и гораздо длиннее, но прерывается на перекрестках, а вот проезжая дорога тянется очень далеко. Следите,

чтобы ребенок измерял именно тот параметр величины, который вы за-

дали. Играя, можно меняться ролями и загадывать по очереди.

Так незаметно вы дойдете до цели, а ваше чадо тем временем расширит и закрепит представления о разных величинных признаках. Поупражняйтесь в количественном и порядковом счете.

*Ермакова Н.А. - ст.воспитатель
I квалификационной категории
МБДОУ №61*

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

Музыкотерапия или лечебные свойства звуков

Сегодня о приемах арт-терапии не слышал, наверное, только самый ленивый родитель. Однако, не все педагоги, а тем более, родители, используют эту методику на практике. И совершенно напрасно!

Арт-терапия, (буквально “лечение искусством”) изначально применялась для коррекции психоэмоциональных состояний пациентов, больных туберкулезом. Практика рисования хорошо зарекомендовала себя, и постепенно арт-терапия вышла за рамки узкой специализации. Одним из видов арт-терапии является музыкотерапия - психотерапевтический метод, использующий музыку в качестве лечебного средства.

Как родители могут помочь своему малышу в стрессовых ситуациях? Ответ простой - слушайте музыку! Ученые разработали реестр музыкальных классических произведений, которые можно включать кроме в режимные моменты и которые благотворно влияют на психоэмоциональное состояние ребенка. Какие же произведения лучше слушать?

Для того, чтобы снять нервное напряжение, расслабиться и успокоиться, лучше всего подойдут следующие произведения:

Чайковский («Баркаролла», «Сентиментальный вальс»), Бизе («Пастораль»), Сен-Санс («Лебедь»),

Глюк («Мелодия» (из оперы «Орфей и Эвридика»)),

Шостакович («Романс» из к/ф «Овод»),

Бизе («Старинная песенка»)

Депрессивные состояния, как нельзя лучше, снимут произведения:

Генделя (ария из кантаты «Те Дум»),

Шуберта («Аве Мария»),

Шумана («Грезы»),

Чайковского («Осенняя песня»),

Программа тонизирующей музыки, идеально подходящая при пробуждении ребенка:

Монти («Чардаш»),

Чайковский («Вальс» из «Серенады для струнного оркестра»),

Огинский («Полонез»),

Сарасате («Наварра»).

Колыбельные:

«Спи, моя радость, усни» (Моцарт - Флис),

«Сон приходит на порог» (Дунаевский - Лебедев-Кумач),

«За печкою поет сверчок» (Островский - Петрова),

«Колыбельная Светланы»,

«Спи, дитя мое»



Уменьшение чувства тревоги и неуверенности:

Шопен «Мазурка, «Прелюдии»,

Штраус «Вальсы»,

Рубинштейн «Мелодии».

Для общего успокоения, удовольствия.

Бетховен «Симфония б», часть 2,

Брамс «Колыбельная»,

Шуберт «Аве Мария»,

Шопен «Ноктюрн соль-минор»,

Дебюсси «Свет луны».

Таким образом, регулярно используя музыку в качестве подмоги, вы не только улучшаете эмоциональное состояние ребенка, но и приобщаете его к миру прекрасного. Посредством правильно подобранной музыки ребенок может расслабиться, эмоционально раскрыться, избавиться от фобий и тревожных состояний.

*Макарова Е. Н.
Музыкальный руководитель
МБДОУ № 63
I квалификационная категория*

Радость творчества – прямой путь к здоровью и самосовершенствованию!



Осуществляя процесс творчества, ребенок испытывает целую гамму положительных эмоций, как от процесса деятельности, так и от полученного результата, думаю, каждому родителю приходилось не раз наблюдать это. Конечно, у каждого ребенка творчество проявляется по-разному, у кого-то – в большей степени, у кого-то – в меньшей. Но если у ребенка есть хоть малейшие творческие способности, то ему будет гораздо легче учиться, трудиться, строить отношения с окружающими людьми, справляться с трудностями.

Бытует такое мнение, что в прошлом у общества не возникало особой потребности в овладении творчеством. Таланты появлялись как бы сами собой, люди стихийно создавали шедевры литературы и искусства: делали научные открытия, изобретали, удовлетворяя тем самым потребности развивающейся человеческой культуры.

В наше время ситуация несколько изменилась. В связи с разными преобразованиями в сферах общества, ускорением темпов научно-технического и социального прогресса, жизнь стала разнообразнее и сложнее. Она требует от человека не шаблонных, привычных действий, а подвижности, гибкости мышления, быстрой ориентации и адаптации к новым условиям, творческого подхода к решению больших и малых проблем, вместе с тем актуализируется потребность в людях - инициативных, творческих и независимых от штампов и стереотипов мышления. Если учесть тот факт, что доля умственного труда почти во всех профессиях постоянно растет, а большая часть исполнительской деятельности перекладывается на машины, следует признать, что на-

**«Творчество – особый вид деятельности, оно, в самом деле, несет удовлетворение»
С.Моэм**

личие у человека творческих способностей является самой существенной частью его интеллекта, а задачу развития этих способностей – одной из важнейших задач в воспитании современного человека.

К сожалению, многие родители не считают творчество важной составляющей частью воспитания, развития и обучения своего ребенка, порой не зная или не понимая, что творческий подход их ребенком к решению тех или иных вопросов поможет ему в жизни, сделает его интересной личностью, способной преодолевать трудности, возникающие на его жизненном пути. Необходимым условием творчества, которое потом преобразовывается в различные открытия и изобретения является - ничем не ограниченное воображение, свободный полет фантазии, живость ума, стремление к открытиям, умение в привычных вещах находить нестандартное, хорошая интуиция. Поэтому, если родители хотят видеть свое чадо творческой личностью, они должны стимулировать развитие творческого потенциала у ребенка и дома, одновременно не забывая о психическом здоровье детей. Необходимо:

- Будьте терпимы к странным идеям, уважайте любопытство, вопросы и идеи ребенка. Старайтесь отвечать на все вопросы, даже если они кажутся дикими или «за гранью».
- Оставляйте ребенка одного и позволяйте ему, если он того желает, самому заниматься своими делами. Избыток «шефства» может затруднить творчество.
- Помогайте ребенку ценить в себе творческую личность. Однако его поведение не должно выходить за рамки приличного (быть недобрым, агрессивным).
- Помогайте ему справляться с разочарованием и сомнением, когда он остается один в процессе непонятного сверстникам творческого поиска: пусть он сохранит свой творческий импульс, находя награду в себе самом и меньше переживая о своем признании окружающими.
- Находите слова поддержки для новых творческих начинаний ребенка. Избегайте критиковать первые опыты – как бы ни были они неудачны. Относитесь к ним с симпатией и теплотой: ребенок стремится творить не только для себя, но и для тех, кого любит.
- Помогайте ребенку... порой полагаться в познании на риск и интуицию: наиболее вероятно, что именно это поможет совершить действительное открытие.
- Помните, как сказал один восточный мудрец: «Ребенок – это не сосуд, который надо наполнить, а огонь, который надо зажечь». Этой мудростью и следует руководствоваться при воспитании своего ребенка. Не забывайте, что у каждого ребенка свои задатки и свой предельный уровень способностей. Для одного ребенка

максимальным будет нарисовать радугу, а для другого – целую картину вокруг нее.

Для проявления у ребенка творчества путем, стимулирования его воображения, восприятия, памяти, наглядно-образного мышления, в нашей группе организован кружок по ручному труду «Творческая мастерская». Основным критерием оценки которого является – интерес детей, их живое участие, положительные чувства и эмоциональное состояние на протяжении всей деятельности. Известно, что даже простейшие ручные работы требуют постоянного внимания и заставляют ребенка думать, способствуя при этом совершенствованию мозга. В процессе ручного труда у ребенка развиваются не

только творческая активность, воображение, речь, память, мышление, внимание, но и мелкая моторика рук, сенсомоторика – согласованность работы глаз и рук, совершенствуется координация движений, гибкости, точности в выполнении действий, в целом формируется целая система специальных навыков и умений, необходимых для успешного обучения в школе и в самостоятельной жизни. В виду этого, занятия ручным трудом можно рассматривать не только как средство развития творческих способностей, но и как эффективное средство подготовки детей к обучению в школе.

Ахметишина Э.Т МБДОУ №61

МАСТЕРИМ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ!



ВНИМАТЕЛЬНЫЕ ГЛАЗКИ.



Отсутствие внимания у ребенка, его рассеянность приводит, в лучшем случае, к недоразумениям, наиболее часто – к снижению успеваемости в школе, но иногда последствия бывают и более печальными. Поэтому малыша следует заранее подготовить к умению концентрировать свое внимание. Ведь подавляющее количество ошибок ученики начальных классов допускают при элементарном списывании готового текста. Кроме того, у детей с неустойчивым произвольным вниманием часто встречается пропуск букв и слогов и при прочтении текста. Такие дети могут считать выше или ниже расположенные строчки или вообще терять строку, что сказывается на снижении скорости чтения.

Каждый родитель хочет помочь своему малышу стать сильнее, храбрее, умнее и, конечно, внимательнее. Только порой не знает, что для этого можно сделать. Существует множество игр и упражнений, способствующих концентрации внимания у детей любого возраста.

Упражнения с таблицами.

Самое простое упражнение – перерисовать таблицу со знакомыми ребенку значками (такие таблицы есть во многих пособиях для подготовки к школе). Повторяя упражнение, надо менять число и положение знаков, а также увеличивать количество клеточек в таблице. Вместо таблиц можно использовать простенький рисунок, а затем попросить малыша дорисовать на «почти таком же» недостающие элементы.

Усложненный вариант задания – две таблицы со значками, а в клеточках третьей таблицы нужно нарисовать значки из соответствующих клеточек первой и второй. Иногда вместо абстрактных значков полезно использовать буквы или цифры, что облегчает

Удивительным качеством наделила нас природа – памятью. Чего только не храним мы в самых дальних её уголках! Однако, как показывает практика, труднее всего вспомнить именно то, что требуется в данный момент. У большинства людей это объясняется отсутствием концентрации внимания. Не случайно появилось утверждение: «Внимание – это резец памяти».

знакомство ребенка с ними. Или предложите дорисовать одновременно два почти одинаковых рисунка. На первом рисунке требуется нарисовать детали второго, на втором – детали первого.

Упражнения с картинками.

Для тренировки внимания во многих детских изданиях предлагается сравнить две картинки и определить, какие изменения произошли на второй по сравнению с первой. Задание примерно следующее: «Маша пришла в магазин покупать игрушку. Она долго выбирала, и в результате игрушки на полках оказались переставленными. Определи, какую игрушку Маша купила?». Надо стараться научить малышкой не бегать глазками по этим рисункам, а осуществлять последовательный поиск: «брать» первую игрушку на первой картинке и сравнивать её по порядку со всеми игрушками на второй. Потом проделать то же самое со второй игрушкой, с третьей и т.д. Освоив этот метод, дети легко справляются с подобными заданиями.

Предметы, числа, слова...

Неплохо тренирует внимание и такая игра: на стол выставляются несколько знакомых предметов, и ребенку предлагается назвать их все. Удивительно, но далеко не все дети дают полный ответ. Когда же в это задание вносится система (например, требуется перечислить предметы по размеру от меньшего к большему, или слева направо, или от дальнего к ближнему), ошибок становится существенно меньше.

Ещё одно полезное упражнение: малышам предлагается найти слова, в которых содержится слово «оса». Так, если в слове «роса» зачеркнуть букву «р», останется «оса». А если зачеркнуть букву «д» в слове «сода», то оставшиеся буквы «с», «о», и «а» слово «оса» не образуют, так как расположены в другом порядке. Один из возможных наборов слов: «осада», «коса», «доска», «сосна», «колбаса». Для успешного выполнения этого упражнения не обязательно знать грамоту, он просто сравнивает изобра-

жение букв в ключевом слове «оса» с изображением букв в предложенном наборе слов и при этом незаметно для себя учится читать.

Детишкам постарше, уже знающим цифры, можно предложить поиск чисел на плакате. На листе бумаги заранее рисуются цифры в произвольном порядке. Задача ребенка – найти и назвать все числа в порядке возрастания или убывания.

Игры на фонетическое внимание.

Помимо зрительного внимания, необходимо тренировать у ребенка и внимание фонетическое. Самое простое задание – попросить малыша определить на слух количество букв в произнесенном слове. Слова следует брать знакомые и следить, чтобы было взаимно однозначное соответствие букв и звуков, например: «кукла», «окно», «корова» и др. Можно также определять количество слов в предложении.

Замечательная игра на внимание – «Съедобное-несъедобное». Мама или папа бросает мячик ребенку и в момент броска произносит слово. Если это слово означает что-нибудь съедобное, ребенок должен поймать мяч, если несъедобное – отбить. «Съедобное» и «несъедобное» можно заменять другими понятиями: например, «животное» и «растение», «зима» и «лето» и т.д.

И ещё один совет: превратите знакомый маршрут вашего малыша (путь в детский сад или магазин) в «маршрут внимания». Спросите ребенка, сколько ступенек на лестнице, по которой вы спускаетесь, какого цвета входная дверь в детском саду или что находится за углом, за который вы сейчас завернете. Мало ли вопросов можно задать, а потом вместе проверить ответ на опыте! Но играйте на равных, пусть у ребенка будет возможность проверить и ваше внимание.

*Ларина Г.И. воспитатель
I квалификационной категории
МБДОУ №61*

Роль аллергического детского сада в жизни детей

В городе Нижнекамске функционирует «Детский сад присмотра и оздоровления для детей с аллергическими заболеваниями №69», который посещают дети с аллергическими заболеваниями. В саду основное внимание уделяется организации диетического питания на основании заключения врача – аллерголога. Меню составляется индивидуально на каждого ребенка, исключая продукты, которые вызывают реакцию, используя замены, позволяющие получить необходимое количество жизненно важных элементов и калорий для нормального развития ребенка. Составление меню по замене продукта вызывающий аллерген осуществляется на основании индивидуального пищевого дневника ребенка, который имеется как у воспитателей групп, так и у сотрудников пищеблока. Контроль за технологией соблюдения приготовления индивидуальных блюд осуществляется медицинскими работниками детского сада.



Большую роль в работе с аллергическими детьми отводится врачу – аллергологу Валитовой Г.А. Она проводит индивидуальные консультации с родителями по соблюдению и расширению гипоаллергенного питания. В связи с этим это дает возможность родителям не посещать врача-аллерголога в детской

поликлинике, а получать всю необходимую информацию в пределах детского сада. Соблюдая все необходимые рекомендации врача-аллерголога по диетическому питанию, как в детском саду, так и дома, при поступлении в школу, у детей расширяется объем тех блюд и продуктов, которые вызывали аллергию. Тем самым это

способствует укреплению здоровья детей и является основным фактором при обучении в школе. Немаловажное значение в посещении детьми аллергического детского сада имеет создание условий гипоаллергенного быта. Из помещения групп исключаются всевозможные источники аллергенов: цветущие растения, аквариумы, мягкие игрушки. А также в спальном помещении не используются изделия из пуха и пера. В помещениях детского сада функционируют воздухоочистители Турбо-Плюс, при которых количество и сила факторов провоцирующих аллергию исключаются.

В целом аллергический детский сад позволяет избежать хронических аллергических заболеваний, снятие приступов и обострений бронхиальной астмы, атопического дерматита у основной массы детей.

Аллергический детский сад необходим и эффективен для нашего города, в связи с увеличением детей с аллергическими заболеваниями.

Заведующий МБДОУ № 69

С.Б.Симачкова

Старший воспитатель МБДОУ № 69

И.А.Чупаринова



Что такое «готовность к школе»?

Оказывается, взрослых в основном волнуют два вопроса — здоровье детей и их подготовка к школе. Если для решения первой проблемы родители стараются обращаться к специалистам — медикам, физиологам, практикам, имеющим большой опыт, то, сталкиваясь со второй, пытаются выйти из нее самостоятельно. Они просто начинают обучать детей как можно раньше, превращая семью, детский сад, кружок в «маленькую школу». Такой подход не оправдал себя: с каждым годом появляется все больше детей, которые психологически не готовы к школе, несмотря ни на какие усилия со стороны родителей и педагогов. В чем же дело?

Психическое развитие детей идет не плавно и линейно, а скачкообразно, определенными периодами. Каждый период возникает на основе другого. Если по каким-либо причинам развитие ребенка на одном из этапов было неполноценным и он не освоил свойственной для этого периода деятельности, то на следующем этапе он будет испытывать серьезные трудности, и его развитие будет идти искаженным путем.

При переходе от дошкольного к младшему школьному возрасту у ребенка происходят серьезные изменения в психике, в структуре его личности, что и обеспечивает ему готовность к новой, более сложной ведущей деятельности — учению.

Качественные изменения в психическом развитии дошкольника Л.С. Выготский называл «кризисом семи лет». Для того чтобы объяснить принципиальную разницу между психологией дошкольника и психологией ребенка, пережившего кризис семи лет и поэтому готового к школьному обучению, Выготский приводил такой пример.

Эмоциональная функция поэтому называется центральной

психической функцией дошкольников, что к концу дошкольного периода она становится произвольной. Умение управлять своими эмоциями — один из существенных признаков готовности к школе.



Другое важное следствие и, соответственно, показатель готовности к школе — способность к учебным действиям. Учебные действия являются важнейшим элементом учебной деятельности. Это означает, что ребенок готов воспринимать инструкцию и действовать по инструкции.

Третьим компонентом психологической готовности ребенка к

обучению в школе является отношение к самому себе. Самооценка дошкольников всегда завышена. Учебная же деятельность предполагает высокий уровень контроля, который должен базироваться на адекватной оценке своих действий и возможностей. Завышенная самооценка свойственна ребенку дошкольного возраста не в силу его нескромности и бахвальства, а в силу того, что он не умеет смотреть на себя со стороны и видеть других с разных сторон, не знает, как анализировать и сопоставлять свои и чужие работы.

Таким образом, готовность к школе — это не сумма каких-то пусть даже очень важных, «взрослых» и необходимых для школы знаний, умений и навыков, а определенное звено в цепи психического развития, достигшего определенного уровня, характеризуемого появлением управляемых («умных») эмоций, способностью предвосхищать исход ситуации, умением выйти за ее пределы и, таким образом, управлять ею. А структурными компонентами психологической готовности к школе являются:

- 1) умение ориентироваться на логические, смысловые отношения в условиях задачи;
- 2) способность к учебным действиям (способность воспринимать инструкцию и действовать по инструкции);
- 3) отношение к самому себе в виде адекватной самооценки.

Неделя родительского самоуправления «МЫ ВМЕСТЕ» на базе МБДОУ №42

Для обеспечения благоприятных условий жизни и воспитания ребёнка, формирования основ полноценной, гармоничной личности необходимо укрепление и развитие тесной связи и взаимодействия детского сада и семьи. В практике же современного детского сада зачастую используются стандартные формы работы: родительские собрания, родительские комитеты, выставки, реже Дни открытых дверей, где родители редкие гости. Для достижения результата необходимо внедрение нетрадиционных форм работы с родителями.

Использование проекта Неделя родительского самоуправления «Мы вместе» в образовательном процессе ДОУ способствовало тому, что родители и педагоги учились работать в команде. Родители из «зрителей» и «наблюдателей» стали активными участниками и помощниками воспитателя и администрации ДОУ. Они проводили утренний прием детей, утреннюю гимнастику, режимные моменты, прогулку, дидактические и

подвижные игры, а вечером встречали других родителей и провожали детей домой.

Дети тоже были в восторге от присутствия родителей. Всячески старались выделиться, и были очень активны, заинтересованы, помогали и подсказывали родителям в трудную минуту, а так же испытывали гордость за них.

Для подведения итогов мероприятия мы пригласили родителей за круглый стол, где ознакомили с фотоотчетом Недели самоуправления и каждый имел возможность высказаться и поделиться своими впечатлениями от участия в проекте. Вот что сказали сами родители по этому поводу:

Фадеева Е. С.: «У меня была отличная возможность напрямую поучаствовать в образовательном процессе, ближе познакомиться с детьми и педагогами, окружающими моего ребенка. Кроме того, всегда интересно наблюдать за тем, как ведет себя мой сынок Ваня в незнакомой для меня обстановке, как играет со сверстниками. Детки маленькие,

не все хорошо могут изложить свои мысли и рассказать родителям о том, как прошел их день.

Тот небольшой вклад, который мне удалось внести, несомненно, явился для меня новым и очень приятным опытом, и я с удовольствием поучаствую в подобном мероприятии еще раз».

Пчелка А. Ф. побывала в течение недели в трех группах, которые посещают ее сыновья и поделилась впечатлениями: «Вот и прошла Неделя родительского самоуправления в нашем детском саду. Мы, родители, смогли окунуться в «детсадовскую» жизнь наших малышей, на себе испытать нелегкий и вместе с тем, благой труд воспитателей. Выражаем огромную благодарность всему коллективу нашего любимого детского сада «Яблонька» за подаренную возможность быть ближе к нашим детям, за положительные эмоции и яркие впечатления. Надеемся, что такие мероприятия станут доброй традицией детского сада».

*Педагог-психолог МБДОУ №42
Файзрахманова Э.А.*

ВОПРОС - ОТВЕТ

Вопрос: «Моему ребенку 3.5 года и когда мы заходим, в магазин начинается истерика, купи-то, купи это. Как надо правильно на это реагировать?»

Ответ: на вопрос отвечает воспитатель по интеллектуальному развитию Шагитова Е. Д.

Очень знакомая картина многим родителям. Но совершать постоянно покупки просто невозможно, а малыш просто не реагирует на слова «куплю потом» и падает на пол в магазине. Ничего не поделаешь, дети всегда чего-нибудь да хотят. Вот он и упал на пол, рыдает и кричит на весь магазин, - ситуация, которую часто можно увидеть. А если вы покупаете все, что ребенок попросит сейчас, то завтра он сделает, то же самое и снова получит, то, что он требовал. Один-то раз получилось! Перед совместным походом в магазин необходимо поговорите с ребенком, о том сможете ли купить ему что-нибудь или нет, объясните почему - не сюсюкайте, говорите, как с взрослым: «Зарплату я еще не получила. А тебе игрушку покупали уже в этом месяце» - и так далее, спокойно и уверенно. Если, несмотря на разговор, ребенок в магазине все равно начал истерику, забирайте и спокойно, без шлепаний и без криков, ведите домой. На окружающих не обращайтесь внимания, поверьте, они подобное видят и скорее всего, сочувствуют вам.

Вопрос: «Какие профилактические меры применяются в нашем детском саду, чтобы дети не болели?»

Ответ: на вопрос отвечает медицинская сестра Гайнутдинова Г. И.

В нашем детском саду проводилась - вакцинация от вируса гриппа. Она производится заранее, чтобы организм вырабатывал иммунитет, и вирус гриппа при этом уже будет не страшен.

Профилактика гриппа в первую очередь заключается в том, чтобы вы не дать вирусу гриппа попасть в организм ребёнка. Для профилактики гриппа два раза в день наносится оксолиновая мазь на слизистую носа.

Используются природные фитонциды, которые борются с вирусами. Мелко нарезается лук, чеснок, кладут их на блюдце и расставляют в группе и приемной. Для поддержания иммунитета ребенка поддерживается правильное питание, соблюдение режима, занимаемся спортом, не пренебрегаем прогулками на свежем воздухе, сейчас дети проходят курс поливитаминов. Разумное и регулярное закаливание, которое проводится на постоянной основе - эффективный метод укрепления иммунитета.

Персонал детского сада регулярная обработка и дезинфекция поверхностей, игрушек, проветривание и кварцевание помещений в отсутствие детей.

Пойте, наши мамочки!



(Продолжение декабрьского номера)

Иногда ребенку даются советы о том, что делать, чтобы не пострадать:

Баю, баюшки, баю,
Не ложись на краю,
Придет серенький волчок,
Он ухватит за бочок.

Во многих колыбельных песнях мама зовет добрых животных, именно всеми детьми любимые, кошек, покачать ребеночка:

Как у нашего кота
Есть на сердце доброта.
Приди, котик, ночевать,
Колыбелечку качать.
Я тебе, коту,
За работу заплачу:
Дам кусок пирога
И кувшин молока.
“Котя, котенька, коток,
Котя – серенький бочок.
Приди, котик, ночевать,
Мою дитятку качать”

Колыбельная «Уж ты котенька-коток»

Уж ты котенька-коток,
Котя — серенький хвосток,
Приди, котя, ночевать,
Нашу деточку качать.
Уж как я тебе, коту,
За работу заплачу —
Дам кусочек пирога
И кувшинчик молока
Шубку кунью я куплю
И сапожки закажу
Приди котик, ночевать,
Нашу детку качать!

Есть обращения к животным с просьбой не беспокоить малыша во время сна:

Баю, баю, баю, бай,
Ты, собаченька, не лай.
А ты, волк, не гуди,
Мою детку не буди.
Моя детонька усни,
Угомон тебя возьми.

Баю-бай, баю-бай! Ты, собачка,
не лай...

Баю-бай, баю-бай,
Ты, собачка, не лай,
Белолопа, не скули,
Мою Таню не буди.



Колыбельная (Для маленького брата)

Саша Чёрный
Баю-бай! Васик — бай!
Ты, собачка, не лай, Ты, бычок, не мычи...
Ты, медведь, не рычи!
Волк, миленький, не вой,
Петушок, дружок, не пой!
Все должны теперь молчать
Васик хочет спать... Баю-бай! Васик — бай!
Ножками не болтай,
Глазками не моргай,
Смеяться не надо,
Ладушки-ладо!
Спи, толстый мой голыш...
Мухи, кыш! Мухи, кыш!
Не смей его кусать —
Васик хочет спать... Баю-бай! Васик — бай!
Жил в зверинце попугай,
Зелёный и гладкий,
На жёлтой подкладке.
Всё кричал он и кричал,

Всё не спал он и не спал.
Прибежал вдруг котик,
Прыгнул на животик,
Баю-баю-баю —
И съел попугая... Раз-два-три-четыре-пять!
Пузырей не пускать!
Спать!..

А не то нашлёпаю!

Есть особая группа колыбельных, дающих ребенку предписания для перехода в сонное состояние:

Баю, баю, баю, бай,
Детка, глазки закрывай.
Я тебя качаю,
Тебя величаю.
Спи, детка до вечера,
Тебе делать нечего.

“Ой, люли, люли,
Прилетели гули.
Сели гули на кровать,
Стали гули ворковать.
Спи, малышка, засыпай,
Глаз своих не открывай”



Колыбельная «Спи, сыночек мой, усни»

Спи, сыночек мой, усни
Люли, люшеньки, люли
Скоро ноченька пройдет,
Красно солнышко взойдет.
Свежи росушки падут,
В поле цветущки взрастут,
Сад весенний расцветет, Люли,
люшеньки, люли,
Ты, сыночек, крепко спи.

Спать пора

П. Воронько

Наступает ночька,
Ты устала, дочка
Ножки бегали с утра,
Глазкам спать давно пора.
Ждёт тебя кроватька.
Спи, дочурка, сладко!

Как видите есть большое множество колыбельных на любой вкус, вам выбирать, мамы. А если вы чувствуете, что у вас нет музыкального слуха, не беда, вам помогут аудиозаписи знакомых, с программы «спокойной ночи малыши», колыбельные или вы можете петь вместе с исполнителем

Колыбельная «Спи, моя радость, усни!»

(музыка В. Моцарта, слова С. Свириденко)

Спи, моя радость, усни!
В доме погасли огни;
Пчелки затихли в саду,
Рыбки уснули в пруду,
Месяц на небе блестит,
Месяц в окошко глядит...
Глазки скорее сомкни,
Спи, моя радость, усни!
Усни, усни!

В доме все стихло давно,
В погребе, в кухне темно,
Дверь ни одна не скрипит,
Мышка за печкою спит.
Кто-то вздохнул за стеной
Что нам за дело, родной?
Глазки скорее сомкни,
Спи, моя радость, усни!
Усни, усни!

Сладко мой птенчик живет.
Нет ни тревог, ни забот;
Вдоволь игрушек, сластей,
Вдоволь веселых затей,
Все-то добыть поспешишь,
Только б не плакал, малыш!
Пусть бы так было все дни!
Спи, моя радость, усни!
Усни, усни!

Спят усталые игрушки

Спят усталые игрушки, книжки спят,
Одеяла и подушки ждут ребят.
Даже сказка спать ложится,
Чтобы ночью нам присниться.
Ты ей пожелай: «Баю-бай!»
В сказке можно покататься на луне
И по радуге промчаться на коне,
Со слоненком подружиться
И поймать перо жар птицы
.Глазки закрывай. Баю-бай!



Колыбельная медведицы
(из мультфильма «Умка»)

Ложкой снег мешая, ночь идет большая,
Что же ты, глупышка, не спишь?
Спят твои соседи - белые медведи,
Спи скорей и ты, малыш!
Мы плывем на льдине, как на бригантине,
По седым суровым морям.
И всю ночь соседи - звездные медведи
Светят дальним кораблям.

Пойте своим детям, хотя бы до трех лет, когда они укладываются спать, и продолжайте петь им еще в течение пяти минут после засыпания. Как считает болгарский психотерапевт П.Рандев, это поможет им быть уравновешенными, спокойными и доброжелательными людьми в дальнейшем. Но по моему опыту даже дети шести лет не прочь, чтобы мамочка спела для них колыбельную. Дорогие мамы, пойте деткам колыбельные и не важно, есть ли у вас певческие навыки. Это не главное, главное быть рядом, обнимать самого дорогого человечка который смотрит на вас добрыми глазами. Не стесняйтесь, наслаждайтесь своим голосом и дайте насладиться вашему ребенку пением, слушая ваши колыбельные. Ведь дети так быстро растут. Успехов вам дорогие мамы!

Талипова.Г.Г
Музыкальный руководитель
МБДОУ № 24



Балалар бачасында чынықтыру чаралары

Сәламәт бала – ата-ананың қуанычы. Бала таза, сәламәт болып үссен өчен, аны дәрес физик тәрбия белән тәэмин итәргә кирәк.

Тирә-июндәгә үзгәрешләргә, төгәлрәк айткәндә, температураның үзгәрешенә каршы торучанлығы – кеше организмының искиткеч сыйфаты. Ә бала үзеннән-үзе сәламәт булып үсми, моның өчен төрле чаралар күрергә кирәк. Шуларның берсе – чынықтыру.

Чынықтыру – бала организмының авыруларга каршы торучанлығын арттыру өчен үткәрелә торган чаралар системасы. Ул баланың барлык физиологик процессларын көйләп, нерв һәм эндокрин эшчәнлегә системаларына зур йогынты ясай. Чынықтыру нәтижәсендә баланың организмында табигатьнең төрле тәэсирләренә һәм йогышлы авыруларга каршы торучанлык сыйфаты арта, йөрәгә ныгый, сулыш алу органнарының һәм нерв системасының эшчәнлегә, матдәләр алмашы яхшыра.

Чынықтыру барлык балалар өчен дә файдалы, ә еш авырый торган балаларга ул индивидуаль булырга тиеш. Әмма мондый очракта аны тагын да саклабырак үткәргә, чынықтыруның төрән һәм дозировкасын баланың сәламәтлегенә карап чамаларга, үзгәртәргә кирәк. Чынықтыру принциплары:

- 1) дөвамлылык;
- 2) бер-бер артлылык;
- 3) һәрбер балага шәхси якин килә белү.

Чынықтыру чараларын үткәрү вакытында төп кагыйдәнен үтәлүе зарури:

- 1) табигать факторларын комплексы куллану (чисталык, вакытында ашау, саф һавада йөрү, график бунча жилләтү, үтәли жил булдырмау);

- 2) уңай эмоциональ вакыт (тәрбияче үзенә эше белән дә, ата-аналар белән әңгәмәсендә чынықтыру чараларының әһәмиятен аңлату белән дә эшкә йогынты ясарга тиеш).

Чынықтыру чараларын үткәрә башлаганчы, шәфкать туташлары белән берлектә балаларның сәламәтлек торышына карап, чынықтыру төркемен билгелибез.



Чынықтыру төркемнәре:

I төркем: физик үсешләре житәрлек дәрәжәле балалар.

II төркем: су һәм һава температурасын төшерелми. Бу төркемгә еш кына өскә тын алу юлларында катарактлар, пульпитлар, лимфодемит белән авыручы балалар керә.

III төркем: температурасы булып авырган, йөрәк һәм бөөр авырулы балалар. Бу очракта чынықтыру су белән үткәрелми.

Тагын бер мөһим шарт: чынықтыру чаралары балаларда шатлыклы һәм уңай хисләр тудырырга тиеш.

Безнең балалар бакчасында күптөрле чынықтыру чаралары үткәрелә: йодлы-тозлы келәм таптану юлы, үз-үзенә сәләмәтләнәргә массажы, юеш бияләйләр белән

чынықтыру, контрастлы һавада чыныгу һ.б....

Икенче кечкенәләр төркемендә **йодлы-тозлы келәмдә таптану юлы белән чынықтыру чарасының методикасы:**

Ул кроваткага яткан килеш күнегүләр комплексыннан башлана.

Менә шуларның берсе – “Йонлач көчек”.

1. “Одеял белән уеннар”. Б.т.: балалар одеял астына качалар. Уен 2-3 тапкыр кабатлана.

Әнә ята йонлач көчек, Борынын сузган ул ничек?

Йолаганга да ошый, Әллә юриме мышный?

Уятыйк үзен – торсын!

Нәрсә булса да булсын!

2. “Жиңелчә массаж” – куллары, аяклары бармак очларынан өскә таба, арканы һәм күкрәкне сыпыру.

3. “Сәләмәтлек юлы буйлап йөрү” – (төркем бүлмәсе буйлап куелган снарядларга – эскәмия, сырлы такта һ.б. күчәләр.)

Нәниләр бара тигез юл буйлап, Тигез юл буйлап, ашыкмый атлап. (Атлап баралар.)

Ташлар өстеннән барган чагында, (ике аяклап сикереп баралар.)

Чокырга төштәк, чокырга төштәк – бух... (чүгәлиләр.)

Чокырдан чыктык – уф! (торалар.)

Тигез юл буйлап кайткан чагында,

Аяклар арыды, аяклар арыды... (өкрен генә баралар.)

Йодлы-тозлы суда чылаткан одеялга житеп, сикерәләр, таптаналар (30 секунд дөвамында күнегүләр ясайлар) һәм коры келәмгә күчеп 30 секунд дөвамында шул ук күнегүләргә башкаралар.

Шартлар тудыру: эремәле 2 чиләк (5 литр суга 200 гр. тоз+10гр.йод). Бер чиләктә 36°

(саклау), икенчесендө - 20° (төп); 2 градусник, 2 одеял, пеленкалар, жэймэлөр, сырлы 2 резин юл, снарядлар.

Уртанчылар төркемендө **дымлы биялэй белән тәнне ышкы юлы белән чыныктыру чарасы** үткәрә башладык. Чыныктыру чарасын башлаганчы **хэзерлек этабын** үткәрдек:

1) киём кигән килеш ышкыну имитациясе ясау;

2) чишенеп коры биялэй белән ышкыну.

Бу – балаларның методиканы үзләштереп, тәннәре суынып өлгөргәнче, тиз генә ышкынып ала белү сәләтләрен үстерде.

Шуннан соң гына дымлы биялэй белән ышкына башладык.

Дымлы биялэй белән тәнне ышкы юлы белән чыныктыру чарасының методикасы:



Балалар тиз генә түгәрәккә басалар һәм савыттан дымлы биялэйләр алалар.

1. Тәрбияченең командасы буенча, балалар биялэйне сул кулларына кияләр һәм учларын аска каратып, уң кулларын алга сузалар. Кул чуқларыннан башлап, көч белән басым ясап, жылкәне һәм күкрәк читен эләктереп эчкә кадәр 5 тапкыр ышкыйлар.

2. Учларын аска каратып, кул чуқларыннан башлап култык астын һәм күкрәк читен эләктереп, 5 тапкыр ышкыйлар.

3. Биялэйне уң кулларына кияләр һәм шул ук хәрәкәтләрне икенче якта 5 тапкыр кабатлыйлар.

4. Тәрбияченең “Ике адым уртага” командасыннан балалар түгәрәк ясьйлар. Бер-бер артлы басып, һәрберсе биялэйне үзенең уң як жылкәсенә куя. Артта басып торган бала алдагы баланың бияләен

алып, уң кулына кия һәм аның муеныннан өстән аска таба аркасының уртасына кадәр 5 тапкыр ышкып төшерә.

5. Артта басып торган бала көчле түгәрәк хәрәкәтләр белән алда басып торган баланың аркасын 10 тапкыр ышкый.

Тәрбияченең командасы буенча балалар тиз генә биялэйләрне куялар, торба кебек чорнаган сөлгеләрен алалар һәм шул ук алымнар белән, тәннәре кызарганчы ышкыйлар. Аркаларын ышкыганда сөлгене жәяләр һәм башта уң кулларын аста, сул кулларын өстә калдырып, өстән аска таба 5 тапкыр ышкыйлар.

Аннан соң арканы уңнан сулга, астан өскә һәм өстән аска 10 тапкыр ышкыйлар.

Барлык процедура 4-5 минут бара. Кыш көне башлангыч температура +30 һәм соңгысы – 22°.

Жәй көне башлангыч температура +28° һәм соңгысы – 18°.

Суның температурасы һәр өч көн саен 1°ка төшерелә.

Зурлар төркемендө үз-үзенә сәламәтләнәдерү массажы комплексы көн саен яки атнаның бер үк көннәрендә йокыдан уянгач, ач карынга, уздырыла. Балалалар бакчасында көндөзгә йокыдан соң уздырырга уңайлырак.

“Аю уяна”

Балаларның кызыксындыруын арттырып өчен, аңлаешлы итеп уен һәм сюжетлы – рольле формаларда күрсәтелгән сәламәтләнәдерү гимнастикасы, шулай ук үз-үзенең массаж ясау комплекслары балалар

өчен гади һәм жинел үтәлешле. Педагог балаларга әкият сөйли, ә балалар аны күзаллап, төрле массаң алымнарын үтиләп. Балалар алымнарын өйрәнгәнче, сөйләү күрсәтү белән берләштереп алып барыла.

Бу эштә гади кытай техникалары ярдәмендә гади һәм жинел үтәлешле сәламәтләнәдерү гимнастикасы, шулай ук үз-үзенең массаж ясау комплексларына басым ясап төзелгән. Ул, бөкләнгән килеш (оешып) тәгәрәп умыртка сөягенә массаң ясаудан башлана. Аннан соң утырып үз-үзләренә бармак чуқларына, табаннарына, колакларына массаж ясьйлар, тезләнеп һәм басып торган килеш күнегүләр үтиләп. Баш торышының эзлеклелегә гәүдә торышының һәм организмның индивидуаль үсеше формалашуга китерә. Үз чиратында ул баланың сәламәтлегенә уңай тәэсир итә һәм үзгәрешсез кимчелекләрне бетерүгә китерә.

Комплекс организмның уянуын жинеләйтә, ныгыта, авыруларга каршы торучанлыгын арттыра, табигый сәламәтләнәдерүгә, савыктыруга, уңай психо-эмоциональ яктан этәргеч булып тора. Жайга салынган алымнар тәрбияви мәгънәгә ия. Алар балаларда үзләренә сәламәтлекләре турында кайгыртучанлык формалаштыра, үз организмның тоярга һәм авыруын көтеп тормыйча гомуми ныгытырга өйрәтә.

Кәлимуллина Г.К. өлкән шәфкать туташы, Ризванова С.Г. тәрбияче, 49 нчы балалар бакчасы

