

ДОШКОЛЬНИК-НК

НИЖНЕКАМСК 2015 (ноябрь)



С ДНЕМ МАТЕРИ!

*Кто может быть на свете ближе мамы?
Кто так согреет искренним теплом?
Она всегда о нас переживает,
Для нас открыты двери в ее дом.*

*Давайте мы сегодня их поздравим
С днем матери, почтим их верный труд
Где бы мы ни были - прекрасно знаем,
Что мамы верят в нас и постоянно ждут.*

Мир начинается с МАМЫ!

Нет, наверное, ни одной страны, где бы не отмечался День матери. В России День матери стали отмечать сравнительно недавно. Установленный Указом Президента Российской Федерации Б.Н. Ельцина № 120 «О Дне матери» от 30 января 1998 года, он празднуется в последнее воскресенье ноября, воздавая должное материнскому труду и их бескорыстной жертве ради блага своих детей.

С инициативой учреждения Дня матери выступил Комитет Государственной Думы по делам женщин, семьи и молодежи. Текст Указа очень короток: «В целях повышения социальной значимости материнства постановляю:

1. Установить праздник — День матери и отмечать его в последнее воскресенье ноября.

2. Настоящий Указ вступает в силу со дня его официального опубликования»

но благодаря ему российские матери получили свой официальный праздник. Невозможно поспорить с тем, что этот праздник — праздник вечности. Из поколения в поколение для каж-

дого человека мама — самый главный человек в жизни. Становясь матерью, женщина открывает в себе лучшие качества: доброту, любовь, заботу, терпение и самопожертвование.

Новый праздник — День матери — постепенно входит в российские дома. И это замечательно: сколько бы хороших, добрых слов мы не говорили нашим мамам, сколько бы поводов для этого ни придумали, лишними они не будут. Особо красиво и незабываемо проходят различные мероприятия, посвященные этому Дню, в детских дошкольных и образовательных учреждениях, где дети дарят своим мамам не только добрые слова и улыбки, но множество подарков, сделанных своими руками, и специально подготовленные

концертные номера. Спасибо вам! И пусть каждой из вас почаще говорят теплые слова ваши любимые дети!

Также в последние годы проведение культурно-массовых мероприятий, посвященных этому Дню, становится все больше,

и проходят они практически во всех регионах нашей страны, а ряд из них - при организации или поддержке местных властей (это праздничные концерты, встречи с многодетными матерями и т.д.). Более чем в 60 субъектах Российской Федерации для матерей учреждены дипломы, медали, почетные знаки, звания и премии за достойное воспитание детей и особый вклад в реализацию региональной семейной политики, вручение которых также приурочено к этому замечательному празднику. Среди многочисленных праздников, отмечаемых в нашей стране, День матери занимает особое место. Это праздник, к которому никто не может остаться равнодушным. В этот день хочется сказать слова благодарности всем Матерям, которые дарят детям любовь, добро, нежность и ласку. Спасибо вам, родные! И пусть каждой из вас почаще говорят теплые слова ваши любимые дети! Пусть на их лицах светится улыбка и радостные искорки сверкают в глазах, когда вы вместе! Напомним, что в большинстве европейских стран, США, Канаде, Китае, Японии День матери отмечается во второе воскресенье мая.

**МБДОУ №11
Яхина Р.Р.**



Ожмах – аналарның аяк астында.

Тиздән без дөнъяда иң кәдерле булган кешеләр - әниләр бәйрамен билгеләп үтәрбез. Инде ничә ел ноябрь аеның соңгы якиәмбесе бу бәйрамне безгә бүләк итә. Әни – жирдә иң газиз, якин кеше. Ул сине тудырган, көйләп бишектә тирбәткән, синең беренче елмаюңны, тәпи атлап китүеңне күреп шатланган, туган телен, халык моңнарын яратырга өйрәткән. Без үзебезнең тормышыбызны алардан башка күз алдына да китерә алмыйбыз. Алар – безнең дөнъябызның яме.

Әнкәй! Дөнъядагы бердәнбер иң матур, иң татлы сүз.

“Әнкәй” дигәндә, дөнъялар яктырып, жылынып китә, күңелләр нечкәрә, күзгә яшьләр килә. Иң кыен чакларда без әнкәйләрне искә алабыз, туган телебезне дә ана теле дип йөртәбез.

Динебездә дә «Ана кеше» дигән бөек затка никадәр әһәмият бирелүе турында аятыларда һәм хәдисләрдә күп әйтелгән.

Аллаһы Тәгалә Изге Коръәндә (мәгънәсе): «Без кешегә: ата-анаңа игелекле бул, дип васыять иттек. Анасы аны нинди кыенлыклар белән карынында йөртә. Ике ел буе сөтеннән аермаенча имезеп үстерә. Бәс, иң башта Миңа, аннан соң ата-анага шөкер ит, дип васыять иттек. Кайтарылыш бары тик Миңа гына булыр» («Локман» сүрәсенең 14 нче аяте), – дип мөрәжәгать итә.

Бервакыт бер ир кеше пәйгамбәребез Мөхәммәдтән (сгв) аны хәрби походка алуын сорап мөрәжәгать иткән.

Аллаһның рәсүле (сгв) аннан, аның әнисе бармы икәнлегә белән кызыксынган. Төгесе унай, бар дип жавап биргәч, әйткән: “Аның янында кал, чөнки ожмах – аналарның аяк астында” (Әхмәд, әл-Насаи), – дигән.

Әйтелгән бу сүзләрнең никадәр тирән, зур эчтәлекле икәннен күз алдына китерегез әле сез! Нинди дулкынландыргыч күренеш күз алдына килә: бер-берсенә чиксез сөю һәм рәхмәтле караш белән баккан әни кеше һәм аның нарасый баласы, газиз сабыеның нәни генә учлары – әнисенен кайгыртучан жылы кулларында...

Әни кеше һәрвакытта әни кеше булып кала, бәхет-шатлыкларда да, хәсрәт-кайгыларда да.

Ожмах – аналарның аяк астында, ул ожмах капкалары һәркемгә дә ачык, әниләренең кадере белгән, хөрмәт иткән һәм аларның фидакары хезмәте

һәм чиксез сөйләренә тиешле бәя биргәннәрнең барсына да ачык ул ишек.

Ата-аналарыгызга карата булган гамәл һәм сүзләрегезне көн саен яхшырта барыгыз, аларның кәефен төшерә һәм аларга зыян эшли торган бар эшләрдән дә ерак торыгыз. Ата-аналарын югалткач кына, аларның үзләре өчен ни аңлатканнарын, никадәр дәрәжәдә кадерле, кирәк булганнарын аңлаган күпме кеше бар бу дөнъяда. Күп кешеләр, үз ата-аналарына, алар әле исән вакытта ук тиешле ихтирам, игътибар һәм хөрмәт, күңелләрендә булган бар сөю хисләрен дә күрсәтмәгәннәр өчен үкенәләр.

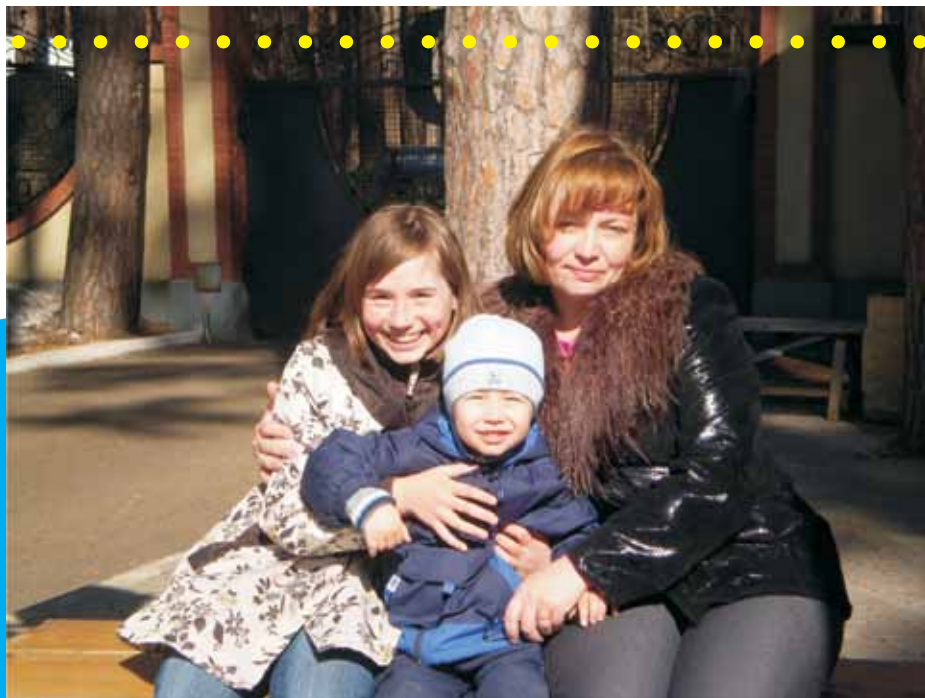
Ата-аналарына карата кылган гамәлләре өчен үкенүче кешенең жаны ничек ачы күз яшьләре белән елый, аларны инде башка күрмәчәгеңне, ул вакытларны, ул чакта мин бөтенләй башкача эшләр идем дип ниятләп, кире кайтарып булмаганлыкны аңлау коточкыч авыр. Тик соң инде, ул вакытлар үтеп киткән. Ни өчен булганның чын бәйсен бары тик югалткач кына аңлый башлайбыз икән соң без?!

Ата-аналарыбызның догаларын һәм мөбәзгә дә алырга насыйп булса иде.

Гиниятуллина Р.Ф.

37 нче номерлы

балалар бакчасы тәрбиячесе.



Менэ тагын салкын кышлар житэ,
Ноябрьнең соңгы көннәре.
Минем күнелдә яз, чөнки-
Әниләрнең матур бәйрәме.

Бәйрәм белән әниемне котлап,
Юллыым ана матур теләкләр.
Тормышымда маяк миңа, әни,
Синең биргән изге киңәшләр.

Әнием инде минем олы яштың,
Ул бит- сугыш чоры баласы.
Ачлык, ялангачлык, этисезлек
Әниемнең күнел ярасы.

Аз булса да шушы яраларны,
Төзәтерлек сүзләр табасы.
Чын күнелдән аңа саулык тели,
Кызы аның, газиз баласы.

Хаталансак, әни ачуланмый.
Иң беренче килә ярдәмгә.
Кичерә ала безнең ялгышларны,
Булдыра алмый шулай берәү дә.

Синең изге догаларың, әнием
Бара мине һәрчак озатып.
“Гомерләрең озын булсын”, - диеп
Дәшәм, әни, сине яратып.

Кайчан кайтсак, өстәл тулы ризык.
Өе тулы матур гөлләр.
Рәхәт яшә, әни, сине-
Урап үтсен кайгы жылләр.

Әниләрнең күзе һәрчак юлда,
Без аларны озак көттермик.
Исән чакта кадерләрен белик,
Соңга калып, аннан үкенмик.

Для любимых МАМОЧЕК!!!

Любить нас кто ещё так сможет.
Как любит нас родная мать?
Никто так, как она, не сможет
Простить, поверить и принять.
Сколько нужно ласки и заботы,
Всем помочь и каждого понять.
Благодарна и трудна работа
Научить читать, писать, считать!
Благодарны вам, конечно, все мы!
Трудно даже слово подобрать.
За ваше трепетное сердце
Всем нам хочется спасибо вам сказать!
Мне мама приносит игрушки, конфеты.
Но маму люблю я совсем не за это.
Весёлые песни она напевает.
Нам скучно вдвоём никогда не бывает!
И взгляд согревает тот самый,
И детство мелькнуло вдали,
Весь мир начинается с мамы.
Здоровья всем мамам земли!

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| ● Если мамы дома нет, | ● Если мамы близко нет, |
| ● Очень, очень грустно. | ● Плохо в целом мире. |
| ● Если мамы долго нет, | ● Если мама далеко, |
| ● То обед невкусный. | ● Очень детям нелегко. |
| ● Если мамы рядом нет | ● Я скажу вам прямо: |
| ● Холодно в квартире, | ● Не обижайте маму! |

Кадерледән кадерлерәк бит син,
Изгеләрнең син иң изгесе!
Рәхмәт сиңа, әнкәй, барысы өчен,
Юлларымның син бит өлгесе!
Бәйрәм белән котлыым сине, әнкәй,
Исәнлекләр сиңа, озын гомерләр!
Өткәй белән тигезлектә яшә,
Бары бәхет китерсеннәр көннәр!



«Слагаемые качества дошкольного образования»



21 октября 2015 года в Нижнекамске в Доме Народного творчества прошла расширенная встреча работников дошкольного образования на тему «Слагаемые качества дошкольного образования».

В рамках конференции обсуждались проблемы и вопросы дошкольного образования.

Участники конференции предложили усилить работу по внедрению в образовательно-воспитательный процесс инновационных технологий, а также улучшить качество обучения детей по двум государственным языкам.

Кроме этого, было внесено предложение совершенствовать профессиональные навыки воспитателей.

Также были названы имена победителей муниципального конкурса «Подготовка дошкольных учреждений к новому учебному году». Дипломы и сертификаты на приобретение игрушек победителям конкурса вручил глава Нижнекамского муниципального образования, мэр Нижнекамска Айдар Метшин. Церемония награждения состоялась в рамках расширенной встречи работников дошкольно-

го образования. Победителями муниципального конкурса в этом году стали коллективы центра развития ребенка № 91, детских садов №№80, 76, 22, 25, а также два детских сада из Нижнекамского района – это коллектив детского сада № 5 Камских Полян и д/с «Радуга» села Шингальчи. Стоит отметить, что проведение подобных конкурсов по подготовке дошкольных учреждений к новому учебному году уже давно стало доброй ежегодной традицией.

*Составили МБДОУ № 13
Бабакаева Н.М.*



АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА В ДЕТСКОМ САДУ

Все мы родом из детства. И, от того каким оно будет, зависит будущее человека. Сможет ли он стать личностью, реализовать в жизни, получить радость и дарить её другим людям... Важно, чтобы в эти такие короткие, но определяющие годы рядом были мудрые, любящие взрослые.

Адаптация – это приспособление к изменяющимся внешним условиям. При приеме в детское дошкольное учреждение перед ребенком впервые встает необходимость изменить сформировавшийся поведенческий стереотип из-за изменения привычных условий жизни, и устанавливать новые социальные связи. Изменение окружающей среды выражается во встрече с незнакомыми людьми: взрослыми и большим числом сверстников, и в несовпадении домашних приемов обращения и воспитания в детском саду. При этом изменяется эмоциональное состояние, нарушается аппетит, затрудняется общение и другие

поведенческие реакции.

Ребенок в семье привыкает к определенному режиму, к способу кормления, укладывания, у него формируются определенные взаимоотношения с родителями, привязанность к ним. Если установленный в семье порядок чем-либо нарушается, то у ребенка могут возникнуть различные временные нарушения обычного поведения (отрицательные реакции: плач, раздражительность). Эти нарушения уравновешенного поведения объясняются тем, что маленькому ребенку трудно быстро перестроить сформировавшиеся привычки.

У детей при поступлении в детский сад очень резко меняются условия жизни. Меняется привычная температура помещения, микроклимат, получаемая пища. Ребенка окружают новые люди, меняются приемы воспитания, вся обстановка. Ко всему этому ребенку надо приспособиться, перестроить сложившиеся ранее стереотипы.

Процесс приспособления не всегда проходит легко и быстро. У многих детей в период адаптации нарушается аппетит, сон (не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый), эмоциональное состояние. Иногда без каких-либо видимых причин повышается температура тела, нарушается деятельность кишечника, появляется сыпь. Приспособление к новым условиям проходит не у всех детей одинаково. Одни дети хорошо себя чувствуют уже на 3-4-й день и привыкают к новым условиям жизни совсем без каких-либо нарушений здоровья, психического состояния и поведения. У других период адаптации длится месяц, а иногда и более.

Советы родителям по адаптации ребенка:

□ Заранее подготовьте ребенка к мысли о детском саде, к необходимости посещать его. Примерно за месяц до того, как он начнет ходить туда, - поменьше, чем обычно, будьте рядом с ним. Подробно расскажите ему о детском саде, сводите его туда, чтобы он узнал, что это такое, и у него сложилось собственное представление о нем. Скажите ребенку, что вы очень гордитесь им – ведь он уже такой большой, что может ходить в детский сад. Но и не делайте из этого события проблему, не говорите каждый день о предстоящей перемене в его жизни.

□ Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: ...продолжение посещайте с ним детские площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Ходите с ним на праздники, на дни рожде-





ния друзей, наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

□ **Познакомьтесь** с воспитателем группы, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.

□ **Когда вы уходите** – расставайтесь с ребенком легко и быстро. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет вашему ребенку в детском саду, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, у ребенка вызовут тревогу, что с ним здесь может что-то случиться, и он долго не будет вас отпускать. Если ребенок с трудом расстается с матерью, то желательно первые несколько недель пусть отводит в детский сад его отец.

□ **Дайте ребенку** в садик его любимую игрушку, постарайтесь уговорить оставить ее переночевать в садике и на утро снова с нею встретиться. Если ребенок на это не согласится, пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими, расспрашивайте что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто

обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удастся привыкнуть к садика.

□ **Если ребенок** очень сильно устает в детском саду от новых впечатлений, новых друзей, новой деятельности, большого количества народа. Если ребенок приходит домой измученным и нервным, это не значит, что он не в состоянии привыкнуть к детскому саду. Возможно, необходимо такого ребенка раньше забирать с садика или же 1-2 раза в неделю оставлять его дома.

□ **Поиграйте** с ребенком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самым ребенком. Понаблюдайте, что

делает эта игрушка, что, говорит, помогите вместе с ребенком найти ей друзей и порешайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя игру на положительные результаты.

□ **Необходимо** создать ребенку условия для спокойного отдыха дома. Во время адаптации не водите его в гости, шумные компании (ребенок в это время перегружен впечатлениями, следует пощадить его нервную систему).

□ **Не отдавайте** ребенка в детский сад только потому, что у вас родился еще один ребенок, даже если это и облегчит вам жизнь. Ваш старший сын или дочь и без того почувствует, что в доме появился непрошенный гость, и ваше решение он непременно истолкует как свое изгнание, сделав вывод, что вы предпочитаете ему новорожденного. Поэтому если вы, ожидая ребенка, все же решите отдать старшего в детский сад, сделайте это заранее, до появления малыша.

□ **Не допускайте** непоправимую ошибку: каким бы ни был детский сад хорошим, – не считайте, что он заменяет семью.

*воспитатель МБДОУ № 11
О.В. Бадрдинова*



Педагогическая помощь родителям в развитии мелкой моторики.

Важным фактором в развитии ребенка является мелкая моторика.

Вопрос развития мелкой моторики детей младшего дошкольного возраста довольно актуален. Начинать работу по развитию мелкой моторики нужно с самого раннего возраста. Известный педагог В.А. Сухомлинский писал: «Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли». Это значит, чем больше ребенок умеет, хочет и стремится делать своими руками, тем он умнее и изобретательнее.

Проблема развития мелкой моторики у детей младшего дошкольного возраста отражена в «Федеральном государственном стандарте дошкольного образования». Представлена в целевых ориентирах на этапе завершения дошкольного образования. Проблема развития ручной умелости и мелкой моторики рук важна и для личностного развития самого ребенка. Владея рукой, ребенок в процессе своего развития становится более самостоятельным, автономным и независимым от

взрослого, что способствует становлению его инициативы в разных видах детской деятельности.

Дети с плохо развитой ручной моторикой неловко держат ложку, карандаш, не могут застегивать пуговицы, шнуровать ботинки. Им бывает трудно собрать рассыпавшиеся детали конструктора, работать с пазлами, счетными палочками, мозаикой. Они отказываются от любимых другими детьми лепки и аппликации, не успевают за ребятами на занятиях.

Почему так важно для детей развитие тонкой моторики рук? Дело в том, что в головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук, расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь.

Лучший способ развития ручной моторики - это игра. Развивая мелкую моторику через игры и упражнения в детском саду и дома, можно не только подготовить ребенка к овладению навыком письма, но и оказать влияние на его обще-интеллектуальное развитие.

Предлагаю вашему вниманию игры на развитие мелкой моторики, которыми можно заниматься как в детском саду, так и дома и рекомендации родителям по проведению пальчиковых игр. Хорошо на развитие мелкой моторики руки ребенка влияют игры с небольшими предметами. Можно воспользоваться обыкновенными макаронами различной формы, пуговицами, прищепками и другими мелкими предметами, которые так любят перебирать



пальчиками маленькие дети. Конечно, такие игры должны происходить только под присмотром взрослых. Выбрав пуговицы разного размера и цвета можно вместе с ребёнком выложить солнышко, небо, дерево.

Дети любят переключать предметы из одной кучи в другую. Можно предложить ребёнку поиграть самыми простыми предметами обихода. Например, попросить его найти одинаковые и по размеру и по цвету пуговицы. Необходимо следить за тем, чтобы ребенок не взял в рот мелкую деталь. Можно поставить перед ребенком несколько тарелок или стаканов, в которые



насыпаны рис с гречихой. Надо показать ребенку, как можно переключать их ложкой из одной емкости в другую .

Рекомендации по проведению пальчиковых игр:

- перед игрой с ребенком необходимо обсудить ее содержание, сразу при этом отработывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это не только позволит подготовить малыша к правильному выполнению упражнения, но и создаст необходимый эмоциональный настрой;
- выполнять упражнения следует вместе с ребенком;

- выбрав два или три упражнения, постепенно заменяйте их новыми. К наиболее понравившимся играм можете возвращаться по желанию ребенка;
- не ставьте перед ребенком несколько сложных задач сразу (к примеру, показывать движения и произносить текст). Ставив невыполнимые задачи , можете «отбить» интерес к игре;
- развитие мелкой моторики возможно только в игровой форме, поэтому нужно не забывать хвалить ребенка, создавая ситуации успеха.

К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторикой большинство родителей узнают только перед школой. Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребенка: кроме усвоения новой информации, приходится еще учиться удерживать в непослушных пальцах карандаш.

Родители должны понять: чтобы заинтересовать ребенка и помочь ему овладеть новой информацией, нужно превратить обучение в игру, не отступать, если задания покажутся трудными.

*воспитатель МБДОУ № 12
О.Г. Катаева*

Детское творчество...

Психолого-педагогические рекомендации для родителей по развитию творческого воображения детей старшего дошкольного возраста посредством изобразительности.

Что такое воображение, наверное, знает каждый. Мы очень часто говорим друг другу: «Представь себе такую ситуацию...», «Вообрази себе, что ты...». Чтобы «придумывать» нам необходимо воображение. Когда человек воображает (конечно, в хорошем смысле этого слова), в его сознании возникают разнообразные психические образы. «Зачем у дошкольников развивать воображение? – спросите вы. – Ведь оно и так намного ярче и оригинальнее воображения взрослого». Это совсем не так. Исследования психологов показывают, что воображение ребенка развивается постепенно, по мере накопления им определенного опыта. Все образы воображения, какими бы при-

чудливыми они ни были, основываются на тех представлениях и впечатлениях, которые мы получаем в реальной жизни.

Воображение ребенка беднее воображения взрослого из-за ограниченного жизненного опыта. С помощью воображения малыш познает окружающий мир и самого себя.

Игры для развития воображения

Игры с заместителями предметов

Воображение ребенка-дошкольника должно легко оперировать в игре заместителями предметов: геометрическими фигурками, знаками. Развить это умение помогут данные игры.

Игра: «Шкатулка со сказками»

В эту игру лучше играть одновременно с несколькими детьми. Приготовьте коробочку с цветными геометрическими фигурками и предложите детям сочинять вместе с вами сказку. Тот, кто начинает, вытаскивает из шкатулки первый предмет. Теперь надо придумать. Кто или что это будет в сказке (человек, животное, предмет и т. д.).

Например, если ребенок вытащил красный прямоугольник, то можно предложить рассказать сказку про лисичку или белочку. После того как первый играющий сказал 2–3 предложения, следующий вытаскивает другую фигурку, говорит, кто это или что это такое, и продолжает начатую сказку. Затем фигурку вытаскивает следующий играющий и т. д. Когда у каждого играющего будет по фигурке, то новые фигурки не вытаскиваются. Сказка сочиняется дальше по очереди: каждый игрок придумывает действия со своим персонажем или предметом, но так, чтобы они ложились в общее русло произведения. В итоге должна получиться не очень длинная, но обязательно законченная история. Следите за тем, чтобы персонажи и предметы не повторялись. Желательно, чтобы их было не более 5–6. Когда сказка закончится, разложите на столе использованные геометрические фигурки и попросите детей вспомнить, какая фигурка какую роль играла (кем или чем она была).



В заключение похвалите детей. Обратите внимание, какую интересную сказку они придумали все вместе.

Игра «Фигурки-заменители»

Для игры понадобятся карточки с изображением геометрических фигур и различные игрушки или предметы, которые у вас есть.

Предложите малышу поиграть в игру, где вместо игрушек нужно пользоваться карточками с фигурками. Для начала можно взять три фигурки и три игрушки и с помощью первых – обозначить вторые.

Например, кукла будет квадратом, мячик – треугольником, а машинка – кругом. Разложите карточки с фигурками возле соответствующих игрушек. Когда ребенок запомнит все обозначения, покажите ему первую карточку-задание, на которой все фигурки изображены в определенной последовательности (эта последовательность должна отличаться от той, в которой реально размещены ваши игрушки). Задача состоит в том, чтобы малыш разместил игрушки в такой же последовательности, в какой идут фигурки на карточке-задании. После того как первое задание выполнено, дайте малышу вторую карточку (с другой последовательностью) и т. д.

Если малыш легко замещает игрушками фигурки и наоборот, то эти задания не вызовут у него особых проблем. В случае затруднений поиграйте в эту игру несколько раз, меняя игрушки и фигурки. Причем желательно постепенно перейти от заменителей, которые по форме чем-то напоминают замещаемый предмет, к заменителям, которые на такой предмет совершенно не похожи.

Игра «Путешествуем по дороге»

Эта игра тоже на использованные заменители.

Приготовьте 5–10 карточек с дорожными знаками, обозначающими: движение на велосипедах запрещено.

Скажите малышу, что сейчас он будет водителем такси. Эта профессия очень интересная. Водителю приходится много ездить, и в дороге его могут поджидать разные неожиданности. Например, пассажир может почувствовать себя плохо, и его нужно срочно доставить в больницу, или дорога проходит мимо школы или детского сада, и маленькие дети могут нечаянно выбежать на дорогу, или в машине заканчивается бензин, и ее нужно срочно заправить и т. д.

Пусть ребенок представит себе, что он едет на машине и ему встречается первый знак. Что он обозначает? Предложите малышу подумать и высказать свои предположения. Затем «едем» дальше и определяем значение второго знака и т. д.

Если у малыша будут возникать затруднения, подскажите ему и детально проанализируйте, почему данный знак обозначает именно это, а не что-то другое. Скажите ребенку, что эти и другие знаки он может встретить на улице, когда будет куда-нибудь идти или ехать на автобусе, трамвае или троллейбусе. Пусть обращает внимание на эти знаки и подсказывает взрослому, что они означают.

Игра «Подарки из мешочка»

Игра развивает воображение, исходя из словесного описания и тактильного восприятия.

Приготовьте два мешочка и игрушки или предметы неболь-

шого размера. Лучше, если это будут предметы, которые вы купили ребенку в подарок, и о которых он еще не знает. Нужно положить по несколько игрушек в каждый мешочек. Причем один мешочек готовите вы, а другой – ребенок.

Суть игры состоит в следующем. Вы описываете один из предметов, лежащих в вашем мешочке, а затем предлагаете малышу найти его на ощупь. «Подарки», находящиеся в мешочке ребенка, таким же образом отгадываете вы.

Например, вы купили ребенку конструктор. Опишите его так: «Это игра, из которой можно составить множество башенок, замок или что-то другое, что захочется». Если ребенок не отгадает, добавьте к описанию какие-нибудь детали предмета (скажите, «он имеет множество деталей»). В последнюю очередь описывайте все функции игры. Когда малыш отгадает, что это такое, и найдет его на ощупь, наступает ваша очередь отгадывать.

Наибольшие затруднения могут возникнуть при описании малышом предмета, находящегося в мешочке. Ребенку еще довольно трудно выделять существенные признаки предмета, поэтому описания могут быть неточными и даже не совсем отражающими данный предмет. В таких случаях не следует сразу поправлять ребенка, подсказывать ему, так как это исказит естественный ход игры. После того как вы угадаете, что это за предмет, и получите его в подарок, можете вместе с ребенком обсудить, действительно ли названные им признаки являются существенными и какие детали были упущены.

*воспитатель МБДОУ №12
Л.Х. Ибрагимова*

ГОВОРИМ ПРАВИЛЬНО!



Формы взаимодействия педагогов и родителей в развитии речи детей дошкольного возраста

Взаимодействие детского сада и семьи является необходимым условием работы дошкольного учреждения по любому направлению его деятельности. Не является исключением и работа по развитию речи дошкольников, ведь наилучших результатов в работе можно достичь, если воспитатели и родители будут действовать согласованно.

От правильного взаимодействия детского сада и семьи зависит успех воспитания детей. Задача детского сада – вооружать родителей педагогическими знаниями, в частности конкретными знаниями по методике развития речи. Для этого можно

использовать различные формы работы.

Для совместной работы педагогов и родителей по речевому развитию можно проводить совместные игры детей с родителями. Выпускать в детском саду газету для родителей, где будут даваться в доступной форме советы родителям, разъяснение значения той или иной работы по развитию речи детей, знакомство с дидактическими играми, которые родители смогли бы проводить с детьми по дороге из детского сада домой, дома.

Степень эффективности сотрудничества обусловлена положительной установкой взаимодействующих сторон на совместную работу по развитию речи детей, осознанием её целей и личностной заинтересованности.

Взаимодействие педагогов дошкольного учреждения с семьей – необходимое условие полноценного речевого развития дошкольников.

Игры на развитие речи ребёнка 3, 4 лет

Игры, которые мы вам предлагаем, направлены на развитие речи ребёнка, на развитие речевого дыхания, они помогают развивать правильную речь вашего ребёнка.

«Наши уточки с утра...»

Игра помогает развивать речевое дыхание, учит регулировать его силу

Необходимый инвентарь:

уточка, вырезанная из легкой бумаги, синий бумажный круг диаметром 30 см.

▣ **Как играем:** в центре стола лежит синий круг — это озеро. Надо пустить уточку в озеро. Дуйте на уточку, лежащую или произвольно, или по углам стола. Кто больше пустит уточку в озеро, тот и победил.

▣ **Закрепляем:** можно играть на полу — лежать друг против друга и дуть на воздушный шарик так, чтобы он докатился до лежащего напротив. ® Можно посадить бабочку на цветок. Бабочку прикрепить ниточкой к листку бумаги, на котором нарисован цветок, и стараться дуть так, чтобы не посадить её мимо.

Шаловливый ветерок

Игра помогает развивать речевое дыхание, учит регулировать его силу

Необходимый инвентарь:

снежинки, ватка, перышко, шарик, листочки бумаги, картинки и пр.

1 вариант

▣ **Как играем:** возьмите простые сюжетные картинки, например: грибочек, цветок, еж, — и нарисуйте бабочку, яблоко и листочек. Затем скрепите ниточками попарно картинки и

ваши рисунки. Предложите ребенку «посадить» листочек на грибок; бабочку на цветок; яблоко на ежа. Дуть надо так, чтобы листочек попал на гриб, а не мимо, т. е. ребенок должен научиться контролировать силу и направление своего дыхания. Не торопите ребенка, возможно, у него все получится только с третьей-четвертой попытки.

2 вариант

□ На простые картинки наклейте листы тонкой бумаги такого же формата, разрезанные на узкие полоски, только разрезать до конца не нужно. Предложите ребенку подуть на полоски и угадать, что же нарисовано на картинке. Отметьте при этом, что дуть надо сильно, полоски должны, колеблясь, открыть картинку.

Волшебная дудочка

Игра помогает развивать речевое дыхание, учит регулировать его силу

Необходимый инвентарь: свистульки, дудочки, гармошка.

□ Как играем: дайте ребенку трубочку, свистульку, губную гармошку, предложите ему устроить маленький концерт.

Желательно, чтобы не просто получалась какая-нибудь мелодия, но соблюдался любой, пусть очень несложный ритм. Следите за тем, чтобы ребенок вдыхал воздух носом. А если вся семья примет участие в концерте? Ребенок тогда будет стараться не отставать от взрослых!

□ Закрепляем: в магазине продаются трубочки, которые разворачиваются, если в них начинаешь дуть. Пусть ребенок дует на здоровье! А если он поможет вам надуть шары к празднику? Такое занятие развивает объем легких.

Оратор

Учимся произносить на выдохе как можно больше слов

□ Как играем: ребенок должен на одном выдохе сказать как можно больше слов, строчек из стихотворений, сказок. А вы следите за его дыханием, — если он покраснел или задыхается, прекратите игру.

□ Хорошо, когда в игре участвуют несколько детей — кто больше сказал слов, тот и победил.

□ Закрепляем: вы считаете до 10, ребенок должен продлить выдох до окончания счета.

Скороговорки

Учимся произносить правильно и внятно

□ Как играем: вы произносите скороговорку — даете речевой образец, ребенок повторяет за вами.

Огуречик, огуречик, не ходи на тот кончик.

Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет.

Иней лег на ветки ели.

Иглы за ночь побелели.

Юла возле Юли

Крутится, поет.

Юле и Юре

Спать не дает.

Учимся внятно и эмоционально рассказывать стихи, развиваем речевое дыхание

□ Как играем: вы учите или повторяете с ребенком стихотворение? Следите за тем, чтобы он четко произносил слова, делал паузу в конце предложения, интонацией передавал голоса героев. Если ребенок торопится, частит, хлопайте после каждого слова в ладоши, а он в это время будет делать паузы.



Как правильно воспитать послушного сына и дочь.

В данной статье вы найдете 10 советов, которые помогут вам наладить общение с сыном и дочкой, и воспитать из своей малышки уверенную в себе девушку, а из сына вдумчивого, высокообразованного человека.

Советы по воспитанию сына.

1. Возлагайте на сына определенную ответственность. Бывает, что у мальчиков медленно развиваются прикладные навыки и умения, и развить их вам поможет практика. Например, попросите своего ребенка принести вам ложку, чтобы помешать чай. Или назначьте его ответственным по уходу за домашними животными, пусть регулярно выполняет определенные действия – кормит, поит, убирает клетку или коробочку и так далее. Чувство ответственности поможет в дальнейшем вашему сыну хорошо учиться в школе и наладит ваши семейные отношения.

2. Позвольте сыну демонстрировать свои эмоции. В наше время мальчики часто воспитываются так, что им приходится сдерживать слезы, обиду или гнев, в то время как девочки могут давать волю своим эмоциям. Но если ваш сын будет расстроен, позвольте ему выразить себя, пока эмоции не подействовали разрушающим образом на его нервную систему или пока эмоции не вышли из-под контроля. Когда малыш восстановит контроль над эмоциями, поговорите с ним о том, что он чувствует и почему. Помогите ему обозначить его чувства (боль, грусть, обида, злость).

3. Физический контакт. По данным исследований выявлено, что в подростковом возрасте родители меньше имеют физический контакт с сыновьями, чем с дочерьми. Но родительских объятий заслуживают не только девочки. Объятия мамы и папы помогут мальчику чувствовать себя увереннее. Взрослея, мальчики начинают уклоняться от родительских объятий, особенно в присутствии друзей. Но, несмотря на это, они все еще нуждаются в физической привязанности и физическом контакте. Поэтому вы можете использовать различные хитрости, например, быстро обнять сына, когда поблизости никого нет или погладить его по спине, когда вы вместе готовите обед.

4. Не ограничивайте двигательную активность вашего сына. Как правило, мальчики обладают большим количеством энергии, которая не расхо-

дуются, если они не достаточно бегают, прыгают, кувыркаются, и таким образом выпускают пар. Не ограничивайте его в этом. Просто напомните, что в детских садах необходимо снижать скорость на одну передачу.

5. Не волнуйтесь, если ваш сын еще не проявляет «мужские» качества. Даже крутых парней воспитывали любящие отцы. Если маленький мальчик любит играть с плюшевыми игрушками, это еще ни о чем не говорит. В зрелом возрасте он проявит все свои мужские качества. Все свое время.

6. Развивайте в сыне навык социального общения. Большинство мальчиков не так легко находят общий язык со сверстниками, как девочки. Они чаще играют группами по несколько человек и при этом борются за лидерство. Помогите своему сыну завязать дружбу один на один, организовав для него посещение маленького гостя. Посоветуйте, как надо себя вести, проявлять вежливость, хорошие манеры, играть по правилам, делаться своими игрушками.

7. Сделайте музыку частью его жизни. Практика игры на музыкальном инструменте подарит вашему сыну чувство выполненного долга. Исследования показывают, что занятия музыкой улучшают память ребенка и мышление. Если мальчик уже готов для концертов или выступлений, обязательно посещайте их.

8. Поощряйте его интересы, даже если они не соответствуют его половой принадлежности. Если ваш сын хочет учиться танцевать, а друзья дразнят его, вам необходимо внушить ему чувство собственного достоинства и научить принимать интересы других людей, которые могут не совпадать с его собственными. Пусть поймет, что все люди разные и у каждого свои пристрастия, которые нужно уважать. Так что, пусть танцует. Тем более на следующий год он может захотеть играть в бейсбол или что-то другое.

9. Помогайте закреплять информацию, полученную в детском саду. Регулярно общайтесь с вашим воспитателем, чтобы знать о сильных и слабых сторонах своего ребёнка. Расскажите воспитате-

лю, что вы считаете сильными сторонами вашего сына. Помогайте находить схожие ситуации в жизни.

10. Хвалите. Поведение мальчиков вызывает у взрослых негативную реакцию. Именно поэтому они получают множество выговоров, исправлений, замечаний. Всякий раз по возможности ловите сына на хороших поступках, хвалите его. Пусть он знает, что вы цените его усилия, направленные на саморазвитие и самоконтроль, и помогаете ему направлять энергию в русло полезной, конструктивной деятельности.

Советы по воспитанию дочки.

1. Будьте для своей дочери наставником, а не судьей! Наставник верит в своего подопечного, вселяет ему уверенность в свои силы, подталкивает к совершению смелых поступков, хвалит, критикует (только поступки, а не самого ребенка!) и устанавливает границы. Дети, в свою очередь, легко идут на контакт со своими наставниками, так как они считают их частью своей команды. Родители-судьи, напротив, направляют все свое внимание на недостатки и проступки ребенка и считают своей главной задачей выбор подходящего наказания. Такое поведение вызывает у детей чувство, что родители их не любят, которое, в конечном счете, заставляет малышей отдаляться от своих самых близких людей.

2. Постоянно говорите своей дочке о важности таких качеств, как ум, трудолюбие, независимость, сочувствие, упорство в достижении своих целей и т.д. При этом не преувеличивайте роль внешности. Девочка должна понимать, что внешность все равно увядает с годами, в то время как душевные качества всегда остаются с нами.

3. Если вы являетесь счастливым родителем и дочки/дочерей, и сына/сыночек, не бойтесь предъявлять к девочке настолько же высокие требования, что и к мальчику. Например, внушите дочери, что она тоже должна получить образование, что женщина может добиваться не меньших высот, чем мужчина, и т.д.

4. Научите свою дочку соревноваться, поощряйте ее радость от победы, но не заставляйте её побеждать постоянно. Помните о том, что победа дает уверенность в себе, а поражение закаляет характер.

5. Не заставляйте свою дочку занимать активную социальную позицию. Помогите дочери почувствовать себя комфортно в том состоянии, в котором она находится в данный период ее жизни, и постарайтесь направить ее мысли на нечто позитивное, например, на

ее увлечение музыкой, театром, спортом и т.п.

6. Учите дочь быть индивидуальной. Она должна научиться любить себя такой, какая она есть. Она должна поверить в себя, понимать что она – человек, способный сделать что-нибудь стоящее. Она должна определять главные ценности в жизни и оценивать людей не по внешним данным, и по моральным качествам.

7. Станьте для своей дочери примером для подражания: постоянно развивайтесь во всех отношениях, продемонстрируйте подрастающей леди, что обучение и развитие актуально на всех этапах жизни и что этот процесс может принести удовольствие. Однако, как бы заняты вы ни были, каждый день находите время, чтобы пообщаться со своей дочерью, узнать, как у нее дела.

8. Позаботьтесь о том, чтобы ваша дочь интересовалась книгами или смотрела передачи об успешных женщинах – перед ней всегда должны быть хорошие примеры, к которым ей хотелось бы стремиться.

9. Начиная с дошкольного возраста, развивайте математические способности своей дочери. Это положительно скажется на ее мышлении в будущем. Также очень полезно развивать ее пространственное воображение. Для этого используйте пазлы, игры, конструкторы и т.д.

10. Путешествуйте и отдыхайте всей семьей. Любой совместный отдых способствуют укреплению детской самооценки, улучшению семейных отношений, а также они являются для детей своего рода приключениями, которые расширяют их кругозор и делают их и вашу жизнь более интересной.

Успехов вам, с надеждой, что этот путеводитель поможет добиться положительных результатов в воспитании наилучших представителей нашего общества.

Воспитатель по обучению татарскому и русскому языкам МБДОУ №7 Халикова Лилия Рашитовна



“Как поддержать интерес у ребенка к изучению второго языка.”

Беспорным является положительное влияние двуязычия на развитие памяти, умение понимать, анализировать и обсуждать явления языка, сообразительность, быстроту реакции, математические навыки и логику. Двуязычные дети хорошо учатся и лучше усваивают абстрактные науки, литературу и иностранные языки. Чем младше ребёнок, тем больше у него шансов овладеть вторым языком в максимально возможном объёме и с естественным произношением.

В условиях новой языковой ситуации в республике формирование человека происходит под влиянием двух национальных культур, традиций, двух систем этических норм речевого и неречевого поведения. Учитывая возрастные особенности детей и руководствуясь Госстандартом по образованию и воспитанию, в детском саду проводятся занятия по изучению татарского языка с русско-язычными детьми. В конспектах занятий ставятся такие задачи:

- воспитание у детей любви к родному краю, к её природе и бережное отношение к ней;
- вызывание у детей интереса к историческому прошлому родного края;
- воспитание патриотических чувств у детей, гордость и уважение к прошлому и настоящему родного края;
- знакомство детей с интересными историческими событиями, трудовой деятельностью, культурой, бытом и праздниками татарского народа;
- знакомство с историческими памятниками и достопримечательностями г. Нижнекамска, г. Казани и т. д.

Дети знакомятся с темами:

«Знакомство», «Игрушки», «Семья», «Овощи, фрукты», «Дикие животные», «Домашние животные», «Детский сад». Здесь развивается артикулярный аппарат дошкольников, даются образцы устной речи. Обучение на каждом этапе проводится в игровой форме с использованием разнообразной наглядности. («Күрсәт әле, үскәнем», “Куянкай”, “Тукран”, “Түбәтэй”, “Жиләк жыям”).

Игра является эффективной и доступной формой деятельности при обучении русских детей татарской устной речи. Дети даже не задумываются, что они учатся, сами того не замечая, намного лучше усваивают татарские слова, фразы, предложения и на этой основе у них отрабатывается правильное произношение специфических татарских звуков.

Чем старше дети, тем более расширяются и углубляются знания по темам. У детей формируются умения:

- различать речь на татарском и родном языках;
- понимать речь на татарском языке в пределах изученных тем;
- задавать вопросы;
- выразить просьбу, жела-

ние, потребности, необходимость чего-либо;

- пересказывать небольшие по объёму тексты;
- составлять рассказ по картине и наблюдениям;
- рассказывать стихотворение, считалки, петь песенки, сказки.

Хорошие результаты обучения появляются лишь тогда, когда согласуются усилия педагогов и родителей. Родители ДОУ положительно влияют на желание детей к изучению второго языка.

Многие родители знают, что в РТ два государственных языка, но не все семьи владеют двумя государственными языками. В этом случае очень полезна информация на тему: «Создание благоприятных условий к изучению второго государственного языка».

Родители хотят, чтобы их дети общались с людьми других национальностей как с равными. Здесь нужна информация на тему: «Воспитание любви и уважения к людям другой национальности».

Родители старших детей особенно заинтересованы в изучении детьми татарского языка. Полученные знания и желание изучать языки будут хорошей основой для продолжения изучения татарского языка в школе. В этом случае полезна информация на тему: «Ознакомление детей с Родным краем».

*Воспитатель по обучению татарскому и русскому языкам
МБДОУ № 37 Г.С. Миндубаева*

КАК НЕ НАДО КОРМИТЬ РЕБЕНКА

(из книги В. Леви «Нестандартный ребенок») СЕМЬ ВЕЛИКИХ И ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ «НЕ»

1. НЕ ПРИНУЖДАТЬ. Поймем и запомним: пищевое насилие - одно из самых страшных насилий над организмом и личностью, вред и физический и психический. Если ребенок не хочет есть - значит, ему в данный момент есть не нужно! Если не хочет есть только чего-то определенного, - значит, не нужно именно этого! Никаких принуждений в еде! Никакого «откармливания»! Ребенок не сельскохозяйственное животное! Отсутствие аппетита при болезни есть знак, что организм нуждается во внутренней очистке, сам хочет поголодать, и в этом случае голос инстинкта вернее любого врачебного предписания.

2. НЕ НАВЯЗЫВАТЬ. Насилие в мягкой форме: угрозы, убеждения, настойчивые повторения предложения. Прекратить - и никогда больше.

3. НЕ УБЛАЖАТЬ. Еда - не средство добиться послушания и не средство наслаждения; еда - средство жить. Здоровое удовольствие от еды, конечно, необходимо, но оно должно происходить только от здорового аппетита. Вашими конфетками вы добьетесь только избалованности и извращения вкуса, равно как и нарушения обмена веществ.

4. НЕ ТОРОПИТЬ. Еда - не тушение пожара. Темп еды - дело сугубо личное. Спешка в еде всегда вредна, а перерывы в жевании необходимы даже корове. Если приходится спешить в школу или куда-нибудь еще, то пусть ребенок лучше не доест, чем в суматохе и панике проглотит еще один недожеванный кусок.

5. не отвлекать. Пока ребенок ест, телевизор должен быть выключен, а новая игрушка припрятана. Однако, если ребенок отвлекается от еды сам, не протестуйте и не понукайте: значит, он не голоден.

6. НЕ ПОТАКАТЬ, НО ПОНЯТЬ. Нельзя позволять ребенку есть что попало и в каком угодно

количестве (например, неограниченные дозы варенья или мороженого). Не должно быть пищевых принуждений, но должны быть пищевые запреты, особенно при диатезах и аллергиях. Соблюдение всех прочих «не» избавит вас от множества дополнительных проблем.

7. НЕ ТРЕВОЖИТЬСЯ И НЕ ТРЕВОЖИТЬ. Никакой тревоги, ни-какого беспокойства по поводу того, поел ли ребенок вовремя и сколько. Следите только за качеством пищи. Не приставать, не спрашивать: «Ты поел? Хочешь есть?» Пусть попросит, пусть потребует сам, когда захочет, так будет правильно - так, только так!

Если ребенок постарше, то вы можете сообщить ему, что завтрак, обед или ужин готов, предложить поесть - все, более ничего. Еда перед тобой: ешь, если хочешь.



Рациональное питание



Чтобы расти и интенсивно развиваться, детям необходимо постоянно восполнять запасы энергии. Нехватка любых пищевых веществ может вызвать задержку роста, физического и умственного развития, а также нарушение формирования костного скелета и зубов.

Сегодня много говорим о приобщении детей к здоровому образу жизни, и в частности о сбалансированном питании. Почему так изменились пищевые стереотипы? Почему вместо обычной картошки дети предпочитают картофельные чипсы, вместо хлеба - сухарики из пакета? Несомненно, огромную роль играет реклама, формируя и у ребёнка, и у его родителя образ современного чада. Кроме того, срабатывает чувство стадности. Стремление ребёнка быть «как все» в большинстве случаев подавляет голос разума. **Проблема в том, что он к ним привыкает и вместо того, чтобы выпить стакан молока, съесть котлету или мясо, рыбу, картофель с овощами, перекусывает чипсами, нарушая аппетит.** Чипсы довольно калорийны, за счёт чего подавляют активность

пищевого центра и ребёнок не хочет есть основное блюдо. Именно в этом и заключается вредность так называемой мусорной еды.

Поэтому при правильно организованном питании детей дома возможно ограничить употребление ребёнком «вредных» продуктов. Ничего страшного, если один раз в неделю мама для разнообразия покормит ребёнка сухим завтраком, разведя его молоком или соком. С точки зрения физиологии пищеварения традиционная каша полезна, поскольку её переваривание и всасывание требует эволюционно закреплённых ферментативных подходов. Любая каша полезна благодаря содержанию основных пищевых веществ, углеводов, растительного белка, определённого количества жира, витаминов, минеральных солей. Заменять кашей быстрого приготовления желательно один раз в неделю.

Многие родители считают, что чем больше мясных продуктов в рационе ребёнка, тем крепче он вырастет.

Сколько мяса должны съедать дети 1-6 лет.

Для полноценного развития дошкольника его рацион должен быть сбалансирован по содержанию белков, жиров, углеводов, поэтому делать ставку на большое употребление мяса не стоит. Всем известно, что мясо - источник белка. В зависимости от возраста дошкольникам достаточно в среднем 50-60 граммов мяса в день, то есть одной

котлеты, съеденной за обедом. Ужин должен быть более лёгким, включающим творог, молочнокислые продукты или рыбное блюдо: суфле, котлетки, фрикадельки.



Многие дети отказываются от мяса - например, домашних котлет, а вот сосиски готовы есть трижды в день. Почему у детей такая любовь к этим продуктам? Дети любят крайние вкусовые ощущения - сладкое и солёное, с удовольствием ели бы селедку и заедали пирожным или шоколадкой. Сосиски мягкие, солёные, их не надо жевать - вот что подкупает детей.

Организм ребёнка должен обеспечиваться жизненно необходимыми питательными веществами: высокоценными белками, кальцием, железом, витаминами B12, D и многими другими.

После того, когда ребёнок ест достаточно твёрдую пищу, увеличивается его потребность в жидкости.

Существуют ли нормы, сколько жидкости дети дошкольного возраста должны выпивать в сутки?

В среднем дошкольнику достаточно полутора литров жид-



кости в сутки, с учётом соков, чая и супов. Этот объём рекомендован при сбалансированном питании, когда рацион не перегружен жирной или солёной пищей.

Можно ли детям газированные напитки?

Газированные напитки в большом количестве не полезны не только детям, но и взрослым, на этом настаивают гастроэнтерологи, диетологи, стоматологи и другие.

Что касается организованного питания, то санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для дошкольных организаций, утверждённые в 2010 г. запрещают использование газированных напитков в питании детей.

Современные технологии позволяют получать молоко с длительным сроком хранения, которое в закрытой упаковке не портится даже при комнатной температуре в течение полугода - его можно употреблять в пищу (полезные свойства продукт не утрачивает).



В чём причина плохого аппетита и что делать, если ребёнок отказывается есть?

Здоровый ребёнок не может не есть. Даже если он не отличается отменным аппетитом. В течение дня он наберёт необходимое для своей полноценной деятельности количество белков, жиров и углеводов. Принуждать ребёнка нельзя, но уговаривать

надо. Если дошкольник отказывается от какого-то блюда, то, вероятно, он его просто не распробовал. Предложите в другой раз. Не забывайте, что вкусовые пристрастия и культура питания формируются постепенно. Если же речь идёт о том, что ребёнок отказывается от пищи вовсе, то это действительно серьёзная проблема, требующая срочного вмешательства врачей, в том числе и психолога.



А если в семье - у ребёнка, склонного к полноте, хороший аппетит?

Дети склонны к образованию жирового запаса. что проявляется наиболее часто. когда они с раннего детства получают нерациональное обильное питание. Важно правильно распределить суточный пищевой рацион ребёнка. Но во многих семьях укоренилась традиция наиболее вкусную и питательную еду готовить к вечеру. В эти часы дети едят больше, чем утром, в то время как процессы сгорания жира и использования энергии происходят в основном днём. К полноте может приводить и постоянное включение в меню таких продуктов и блюд. как макаронные изделия, жирное мясо, сметана, сдобная выпечка. сладости. Профилактику ожирения следует осуществлять с раннего детства. Рациональное питание должно исключать и голод, и переедание. Для снижения аппетита полных детей следует кормить 6-7 раз в сутки, чтобы перерывы между едой составляли

не более 2, 5-3 часов, при этом необходимо соблюдать показанный по возрасту суточный и разовый приём пищи. Чтобы ребёнок не ощущал голода, можно предложить ему большую порцию низкокалорийной пищи.

Рациональное питание полных детей предусматривает снижение калорийности суточного рациона, в котором увеличивается доля овощных салатов и гарниров, белковых блюд из нежирного мяса, птицы, рыбы, нежирного творога. Молоко лучше заменить кефиром. Ограничить потребление сметаны, жирных сыров, а также круп и макаронных изделий. Из первых блюд предпочтение нужно отдавать овощным (борщу, овощным супам и т. д.) Можно приготовить молочный суп с небольшим количеством гречневой, овсяной крупы. Завтрак и ужин полных детей должны состоять из овощей, приготовленных различными кулинарными способами. Категорически за-



прещаются мороженое, торты, шоколад, лимонад и сдоба. Не рекомендуются консервированные фрукты и соки, в которых много сахара; острые приправы, маринады, повышающие секрецию пищеварительных соков и усиливающие аппетит. Ужинать полные дети должны не позднее 19 часов. Если ребёнок не может уснуть из-за чувства голода, стоит предложить ему кефир, либо дать яблоко, морковь.

Основные принципы питания дошкольников.



Принципы питания остаются неизменными на протяжении всей жизни человека.

Во-первых, оно должно быть разнообразным. Независимо от вкусовых пристрастий ребёнка, его нельзя кормить на протяжении нескольких дней однообразной пищей. Необходимо предлагать новые вкусы и блюда, удовлетворяя потребность в основных пищевых веществах, витаминах, микроэлементах и

формируя тем самым правильный стереотип питания.

Во-вторых, пища должна быть безопасной. В домашних условиях должны соблюдаться все правила хранения и приготовления блюд. При покупке продуктов необходимо обращать внимание на срок годности и целостность упаковки.

В-третьих, нужно обеспечить высокие вкусовые качества приготовленных блюд. При этом еда не должна для ребёнка быть избыточно солёной, сладкой или тёрпкой. Не стоит исключать сахар, соль при приготовлении пищи, иначе дети откажутся есть, но лучше всё же немного недосолить. Со временем ребёнок привыкнет к такой пище, что поможет сохранить ему здоровье во взрослой жизни.

В-четвёртых, пища должна химически «щадить» ребёнка. Жареное не рекомендуется детям до 6- лет, но можно и до 10 лет.

В-пятых, для сбалансированного и полноценного питания необходимо ежедневно включать в детский рацион молочные продукты, фрукты и овощи.

В-шестых, соблюдать режим питания. Перерыв между приёмами пищи должен составлять не более 3-4 часов и не менее полутора часов.

При соблюдении этих простых правил родители помогут своему ребёнку вырасти здоровыми, счастливыми и научат правильно относиться к еде как основному источнику энергии.



Детские рецепты

КИТ

Ингредиенты:

- 1 порция спагетти
- 2 зернышка миндаля
- 2 горошины
- 1 кусочек красного сладкого перца

Уложить спагетти в виде туловища кита. Сделать из спагетти фонтанчик. Выложить из 1 спагетти контур хвоста. Глазки сделать из миндаля, зрачки из зеленого горошка. Вырезать из кусочка сладкого красного перца рот. Выложить из спагетти на тарелке волны. Блюдо готово.



ДЕВОЧКА

Ингредиенты:

- 1 котлета
- 1 порция макаронных спиралек
- 1 ломтик огурца
- 1 вареное яйцо
- 2 черные маслины без косточек
- По 1 сладкому перцу красного и желтого цвета
- 1 веточка укропа
- Листья зеленого салата



В центр тарелки положить котлету. Это «лицо». Выложить «прическу» из вареных «спиралек». Из листьев салата сделать «Воротничок» Отрезать от огурца овальный ломтик. Разрезать его на две половинки – это «ушки». Вареное яйцо (можно перепелиное) разрезать поперек на две половинки. Можно срезать с яйца острый конец для устойчивости. Отрезать половинки от двух черных маслин без косточек. Это – «Зрачки» Уложить «Зрачки» на половинки яйца-глазки готовы. От красного сладкого

перца отрезать ломтик. При помощи фигурной выемки или вручную вырезать сердечко. Круглой выемкой отрезать верх сердечка. Это «Верхняя губа». При помощи той же круглой выемки вырезать «нижнюю губу». От желтого перца отрезать ломтик. При помощи выемки в форме цветочка вырезать «Серьги». Сделать реснички из укропа. Отрезать от красного перца еще один ломтик. Вырезать 2 треугольных кусочка. Выложить из них «Бантик». Приятного аппетита!

Лебединое озеро

Ингредиенты:

- 1 порция гарнира из пшена
- 1 вареное куриное яйцо
- 2 вареных перепелиных яйца
- 2 соленые соломки
- 1 кусочек красного сладкого перца
- 2 зернышка кукурузы
- 1 веточка петрушки
- 1 лист салата
- 4 икринки



Вареное куриное яйцо разрезать вдоль на 2 половинки. Уложить их срезом вниз – это туловища. Шеи сделать из соленой соломки. Из вареных перепелиных яиц сделать головы. С острого конца яйца сделать неглубокие надрезы для клювов. Вырезать клювы из красного сладкого перца, вставить клювы в надрезы. Зернышко кукурузы разрезать вдоль, оставив неразрезанной

кожицу. Развернуть половинки зернышка – это глаза. Зрачки сделать из икринок. Надеть головы на шеи. Поставить лебедей в центр тарелки по краям тарелки выложить порцию гарнира из пшена – это берег озера. Выложить по краю листочки петрушки. Сделать лебедам крылья из листочков салата.

ВЕСЕЛЫЕ ДНИ РОЖДЕНИЯ И ПРАЗДНИКИ С АНИМАТОРАМИ!!!

В СЕМЕЙНОМ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ

ДЖУНГЛИ



Пакет "Всё включено - 4500 руб."

Продолжение праздника - 2 часа, (Предоставляется банкетный зал)

Количество детей на празднике от 1 до 10 чел.

(дополнительно 300 руб./ребенок)

ПРОГРАММА ПРАЗДНИКА

Развлекательная программа с аниматором - 30 мин.

Лабиринт и батуты - 40 минут

+ 30 минут БЕЗЛИМИТНОЙ ИГРЫ НА ЛЮБЫХ АВТОМАТАХ

Пакет "Всё включено + праздничный обед - 6500 руб"

Меню на выбор: детское меню или пицца + сок

(свыше 10 человек дополнительно 200 р./ребенок)

Пакет "Всё включено МИНИ - 3500 руб."

Продолжение праздника - 2 часа,

(Предоставляется банкетный зал)

Количество детей на празднике от 1 до 5 чел.

(дополнительно 300 руб./ребенок)

Пакет "Всё включено МИНИ + праздничный обед - 4500 руб"

Меню на выбор: детское меню или пицца + сок

(свыше 5 человек дополнительно 200 р./ребенок)



ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ

Аренда зала – 350 руб./час

Аквагримм – 900 р. до 10 человек

(дополнительно 100 р./чел)

Шоколадный фонтан

Украшение шарами – 50 руб./чел.

Фотосъёмка - 1000 руб. (весь праздник)



ПРОГРАММА ПРАЗДНИКА

Развлекательная программа с аниматором - 30 мин.

Лабиринт и батуты - 30 минут

+ 20 минут БЕЗЛИМИТНОЙ ИГРЫ НА ЛЮБЫХ АВТОМАТАХ

Имениннику
на все
выигранные
тикеты
подарок
от
«Джунгли»!

пр. Химиков 18, ТРЦ "СитиМолл" 3 этаж

Тел.: 36-99-99