**Счастливый - значит...**

       Развитый,но не перегружен­ный; успевающий, но не с един­ственной целью непременно добиться успеха: находчивый и самостоятельный, но в меру своих возрастных возможно­стей - счастливый ребенок рас­тет, проходя все стадии разви­тия в собственном ритме, и луч­ше не стараться ускорить его. «Вчера не ходил,а сегодня - ходит! И посмотрите, как он счастлив! - напоминает Галина Бурменская. - Счастье, связан­ное с ростом человека, - очень сильное чувство. Ребенок раз­вивается неизбежно. Значит, он будет счастливым, особенно ес­ли его не торопить».Он не просто маленький чело­век, который знает и умеет меньше взрослого. «Ребенок - совсем иное, особенное сущест­во и отличается от нас, прежде всего, качественно иной психи­кой, - поясняет возрастной психолог Ольга Карабанова. - Его развитие сложно организовано во времени, его темп и ритм раз­личаются в разные годы и меся­цы жизни». Источник разви­тия детей - среда, в которой они живут, культура, которую познают в общении и совмест­ной деятельности со взрослыми людьми. Движущая сила разви­тия - обучение, в процессе кото­рого перестраивается сознание, складывается новый уровень обобщений. «Мудрость воспи­тания в том, чтобы учитывать возможности, которыми распо­лагает ребенок, и вести егодальше», - продолжает Галина Бурменская. Чем он моложе, тем больше мы подстраиваемся под него. Но по мере взросления мы должны давать ему все боль­ше самостоятельности. И в ко­нечном итоге «отпустить», раз­решить ему жить своей жизнью.

**Между свободой и заботой**

    Счастливый ребенок станет самостоятельным взрослым человеком, когда придет его время. А до той поры мы должны терпеливо поддержи­вать его, откликаясь на его просьбу: «Помоги мне это сде­лать самому». Давать свободу, но не оставлять. Любить и за­щищать, но не прятать от жиз­ни. Многим родителям трудно придерживаться этих принци­пов. Мы не всегда способны определить, готов ли ребенок к большей самостоятельности или все еще очень нуждается в нас. «Очень непросто пройти между Сциллой подавления инициативы ребенка и Хариб­дой преждевременного лише­ния поддержки и помощи, - комментирует Галина Бурмен­ская. - В решении этой задачи может помочь только роди­тельская чуткость - в оценке стремлений и возможностей ребенка в каждый конкрет­ный момент».Станут ли дети, которых слиш­ком опекают или чересчур ра­но приучают к самостоятель­ности, несчастными? Вовсе не обязательно. Дети, как цветы, способны выдержать жесто­кие заморозки и палящее солнце - и все равно расцве­сти! Вита Малыгина. Елена Хилтунен.

       Нашим консультантам - от 10 до 17 лет. Наших экспертов мы спросили о том, кто такой, по их мнению, счастливый ребенок. Отвечали они, конечно, по-разному - в за­висимости от возраста, но в основ­ном оказались солидарны с мнением большинства: источники счастья у детей те же, что и у всех других людей: родные, друзья, любовь, наличие интересов и свободы выбора. Ну и деньги, конечно. Ведь говорили это наши «детские люди».Избранные места из бесед со знающими людьми:

1.     «Счастливый ребенок - это я!»

2.     «Это тот, у кого вся се­мья в сборе. У кого нет бед, но есть много жи­вотных и велосипед».

3.     «Думаю, это ребенок, с которым родители обращаются как с близким другом; тот, кого немного балуют; тот, у которого есть лучший друг, которому можно рассказывать секреты. Это человек, у которого все в жизни пока складывается».

4.     «Это ребенок, с которым все дружат  и у него есть оба родителей».

5.     «У такого ребенка все получается, и он помогает всем».

6.     «Тот, кого все любят».

7.     «Это человек, которого окружают хорошие люди».

8.     «Это ребенок, которого не ругают. У него большой дом или квартира, и ему можно есть много сладкого».

9.     «Это ребенок, у которого есть родители и им хвата­ет денег, чтобы прокор­мить и одеть его».

**Анкета:**

1.     Кто такой счастливый ребенок?

2.     Счастливы ли вы?

3.     Есть ли связь между понятиями «школа» и «счастье»?

**Безопасность наших детей**

На этапе дошкольного детства одна из наиболее  важных задач для ребенка – научиться правилам жизни во взрослом мире – мире различных опасностей. Помочь ребенку войти в этот мир с максимальными приобретениями и минимальным риском – обязанность взрослых. Поэтому педагоги    детского  сада  наряду с поставленными целями и задачами  воспитательно-образовательного процесса считают необходимым сформировать у детей модель безопасного поведения в быту, на дорогах, на улице, на природе, позволяющую действовать в адекватно конкретной реальной жизненной ситуации.

Несчастные случаи с ребенком в быту происходят довольно часто. Что это: случайность или закономерность?

Основной путь в предупреждении непредвиденных ситуаций это соблюдение двух главных принципов — создание “безопасного дома” для ребенка и повседневный кропотливый труд по воспитанию у детей правил по безопасности жизнедеятельности.

“Мой дом — моя крепость”, — гласит известная поговорка. Мы, взрослые, любим часто употреблять ее, и нередко забываем, что в нашем доме нас подстерегает много опасностей. Все больше появляется бытовых приборов, все сложнее становится наша домашняя аппаратура, постоянно расширяется и без того многочисленный арсенал различных химикатов бытового назначения.

Ребенок, который еще толком читать и писать не умеет, порой свободно управляется с цветным телевизором, магнитофоном, компьютером…, разве может случиться несчастье там, где все так знакомо и привычно? А ведь каждый из этих предметов таит для ребенка незримую опасность. Взрослому и в голову не придет, к примеру, сунуть гвоздь в розетку, либо развести костер в комнате или на кухне, а ребенок из озорства, любопытства или по недомыслию может. Порой, оставшись без присмотра, дети беспечно открывают краны, включают утюг, пытаются исследовать “внутренности” включенного пылесоса, пробуют бабушкино лекарство, оставленное на виду, иногда по ошибке утоляют жажду совсем неподходящей для этой цели жидкостью. Случается, выпадают из открытых окон многоэтажных домов…

Завороженные мирным словом “дом”, мы не думаем об опасности и поэтому нередко пренебрегаем самыми элементарными мерами предосторожности в отношении своих детей, а порой и допускаем, такую беспечность о которой можно только сожалеть.

Воспитывая ребенка и прививая ему необходимые навыки безопасного поведения в быту, мы прежде всего сами должны ежеминутно являть достойные образцы в этом отношении. Ибо, как известно, и хороший и плохой примеры заразительны. Вместе с тем мы постоянно должны быть внимательными и собранными. По своей природе ребенок чрезвычайно любознателен, не говоря уже о том, что он быстро меняется в физическом и психическом плане.

Никто не спорит, уже в дошкольном возрасте ребенок должен хорошо знать, что ему можно, а что нельзя. И в этом отношении мнение взрослого всегда является решающим. Весь вопрос в том, как этого лучше добиться. Постоянно запрещая, вы, так или иначе, ограничиваете деятельность ребенка и, к сожалению, часто это делаете, ничего не предлагая взамен. А ведь сама суть ребенка — это непрерывное движение, высокая активность. Поэтому, если он все время слышит “нельзя”, это рано или поздно может дать совершенно обратный результат.

Дети дошкольного возраста в силу особенностей своей высшей нервной деятельности не могут постоянно длительно тормозить свои реакции, сидеть спокойно, как это от них порой требуют некоторые родители. Такое неизбежно вызывает перенапряжение процесса торможения и как следствие ведет к различного рода серьезным нарушениям поведения. При такой системе воспитания дети нередко становятся раздражительными, часто в ответ на непосильные для них требования затормозить свои действия отвечают бурной вспышкой возбуждения, бросаются на пол, бьют ногами или упрямо с криком требуют желаемого. И самое главное, очень часто добиваются своего — не всякая мать способна выдержать подобный натиск. Такая уступчивость может потом дорого обойтись. Ребенок поймет, что при известной доле настойчивости он способен достигнуть всего.

Тогда где же выход? А выход, как нам кажется, все в том же, в создании максимально безопасных условий для активной деятельности ребенка, ибо движения являются его физиологической потребностью, и в кропотливой воспитательной работе в постоянных занятиях с маленьким ребенком. И здесь от воспитателей и родителей требуется немало изобретательности. Занимаясь с ребенком, играя с ним, можно достигнуть гораздо большего, нежели постоянно сдерживать и ограничивать проявления его активности.

“Игра не столько стихия, сколько единственная область, где мы предоставляем ему более широкую инициативу. Лишь в играх ребенок чувствует себя до некоторой степени независимым”, – подчеркивал Я. Корчак. “Игра есть путь детей к познанию мира”, – говорил М. Горький. Именно во время игр, разумеется, правильно организованных, воспитывается характер, расширяются представления об окружающем, формируются и совершенствуются двигательные навыки, точность движений, внимательность, сосредоточенность, т. е. все те качества, которые так необходимы для воспитания ребёнка. При этом очень важно, чтобы игрушки и сами игры не только интересовали ребенка, но и чтобы в них обязательно были заложены элементы творчества. В противном случае малыш легко превращается из неутомимого исследователя в пассивного созерцателя. А бездействуя, он значительно меньше добывает фактических истин.

Возраст от двух до пяти лет, пожалуй, один из самых интересных в жизни ребенка. Мышление его от предметного становится причинным. Никогда потом больше он не задаст вам столько вопросов. И все это вызвано насущной потребностью его неутомимого мозга возможностью скорее постичь окружающее. Л. Н. Толстой писал: “От пятилетнего ребенка до меня только шаг. А от новорожденного до пятилетнего страшное расстояние”. В этот же период нарастает двигательная активность и увеличиваются физические возможности ребенка. Из относительно беспомощного он превращается в чрезвычайно непоседливого и очень активного субъекта, очень важно направить его неограниченное любопытство в нужное русло через игры, занятия, наблюдения, обыгрывание ситуаций и конечно обязательно рассматривать иллюстрации с изображением различных опасностей.

С возрастом познавательные интересы ребенка все более утрачивают свою неустойчивость, и уже к 5—6 годам он начинает серьезнейшим образом относиться к материалу своей интеллектуальной работы. А вот насколько богатым оказался этот материал, опять-таки зависит от нас, взрослых.

Возраст от пяти до семи лет требует от воспитателей и родителей столь же большого внимания, как и прежде. В этот период от ребенка тоже можно ждать всяких курьезов и неожиданностей, но теперь эти проделки, если так можно выразиться, будут на более высоком “интеллектуальном уровне”. Он уже знает, как обращаться со спичками (видел у взрослых) и поэтому в своем действии может шагнуть на более высокую ступень – попробует изучить, что способно к горению. Электропечь, микроволновка, утюг его не страшат, так же как и, впрочем, телевизор с магнитофоном, и ему ничего не стоит попытаться их исследовать. По сравнению с этим забавы с ножом или острыми ножницами и порезы от неумелого и неосторожного обращения с ними можно будет причислить к разряду не самых страшных. Нужно, чтобы воспитатели и родители не только наблюдали за ребятами, но и по мере возможности через разнообразные виды деятельности направляли их энергию в безопасное русло.

Так же необходимо рассказать детям о взаимосвязи и взаимодействии всех природных объектов. Познакомить их с проблемами загрязнения окружающей среды, объяснить, как экология оказывает влияние на здоровье человека и живую природу. Педагогам и родителям необходимо учить детей ответственному и бережному отношению к природе (кормить птиц зимой, не трогать птичьи гнёзда, не ломать ветки, не разорять муравейники). Рассказать детям, какие опасности подстерегают их на природе (ядовитые грибы, растения, ягоды, животные и птицы, водоёмы и т.д.). Для закрепления этих правил полезно использовать дидактические настольные игры-классификации: съедобное, не съедобное; дикие или домашние и т.д. Необходимо рассказать детям, что не следует пить воду, где бы то ни было, без предварительной её обработки. Ребятам можно напомнить известную сказку о сестрице Алёнушке и братце Иванушке (“не пей из копытца – козлёночком станешь”), которая поможет им осознать, что употребление грязной воды может привести к нежелательным последствиям.

Невозможно водить ребенка все время за руку. Необходимо своевременно доходчиво объяснить ему, где, когда и как он может попасть в опасную ситуацию. Некоторые мамы и папы психологически исключают себя и своего ребенка из возможной трагедии. Они считают, что это может случиться с кем угодно, только не с их дочкой или сыном. Некоторые родители видят в травме непредвиденное несчастье. Может быть, жестоко говорить, что такая позиция удобна для взрослых, ибо снимает с них ответственность, но это так. Поэтому охрана жизни и здоровья детей является важнейшей задача педагогических коллективов дошкольных учреждений, общественности, родителей.

Формирование у детей наблюдательности, внимания, умения быть предусмотрительными поможет предотвратить многие неприятности.

Работая с родителями, педагоги стараются, чтобы они были не пассивными созерцателями, а активно включались в работу детского сада по воспитанию детей.

**Трудовое обучение детей в семье**  
**План беседы**

1. Роль труда в формировании личности ребёнка.   
2. Трудовые обязанности ребёнка в семье.   
3. Интерес родителей к труду ребёнка – важное условие воспитания у него трудолюбия.   
Начиная с первого класса, в школе проводится большая образовательная и воспитательная работа, направленная на то, чтобы сделать детей сознательными тружениками. У школьников в процессе обучения и внеклассной работы воспитываются глубокое уважение к людям труда, к результатам их деятельности, бережливость, умение самим посильно принимать участие в общественном труде, серьёзная ответственность перед взрослыми и коллективом за свой труд (может быть и небольшой труд). Для воспитания учащихся сознательными тружениками необходимо, чтобы каждый из них имел трудовые обязанности в школе и дома, за выполнение которых надо регулярно спрашивать.   
К сожалению, в некоторых семьях существует неправильное мнение о том, что в детстве школьников надо беречь от труда. Родители нередко ссылаются на собственный трудный жизненный путь и стремятся облегчить жизнь ребёнка, охраняя его от сравнительно тяжёлых и неприятных трудовых обязанностей. "Нам было тяжело, мы рано начали работать – пусть детям будет легче" – это довольно распространенное рассуждение взрослых является глубоко ошибочным и влечёт за собой пагубные последствия, прежде всего для детей и самих родителей. Есть родители, в том числе и матери, которые считают, что домашний труд – это удел женщины, и поэтому приучают к нему только девочек. В результате мальчики начинают стыдиться " девчачьих дел", отказываться от их выполнения. Родители должны быть убеждены в том, что мальчиков и девочек надо наравне приучать ко всем видам домашнего труда, к самообслуживанию. При этом, конечно, следует учитывать их возраст и возможности. Различия следует делать в некоторых случаях: за водой, за дровами ходит мальчик, т. к. это более тяжёлая работа, а вышивает и шьёт девочка.   
Большую роль в приучении мальчиков к домашнему труду играет пример отца. Если отец никогда не помогает матери, вслух высказывается – то или иное дело женское и недостойно мужчины, то сыновья, естественно, начнут стыдиться домашней работы, отказываться от неё.   
Те родители, которые берегут детей от труда, строго с них не спрашивают за выполнение необходимых обязанностей по дому, пусть не очень интересных, подчас утомительных и однообразных, делают детей несчастными. Освобождённые от домашнего труда, дети вырастают, с одной стороны, просто неумелыми, а с другой – неуважительно относящимися к труду. Родителям надо напомнить слова А. С. Макаренко, который писал: "Мы хорошо знаем насколько веселее и счастливее живут люди, которые многое умеют делать, у которых всё удаётся и спорится, которые не потеряются ни при каких обстоятельствах, которые умеют владеть вещами и командовать ими. И наоборот, всегда вызывают нашу жалость те люди, которые... не умеют обслужить сами себя, а всегда нуждаются то в няньках, то в дружеской услуге, то в помощи, а если им никто не поможет, живут в неудобной обстановке, неряшливо, грязно, растерянно".   
Постепенно приучать ребёнка к выполнению того или иного вида работы можно с помощью организации совместного труда родителей и детей. Сначала в труде основную роль играют родители, а дети выполняют отдельные операции, отдельные поручения. Когда ребёнок освоит ту или иную работу и начнёт свободно с ней справляться, ему следует давать самостоятельные задания.   
Сначала ребёнку надо давать небольшие задания, а потом переключать на другую работу по мере выполнения предыдущего . Первое время ребёнок с непривычки устаёт, следует быстрее переключать его на другую, более легкую работу. Постепенное привлечение детей к домашней работе помогает выработать в них нужные умения и навыки. Домашний труд становится для ребёнка делом не обременительным, у него вырабатывается необходимое трудовое усилие.  
Одно из главных условий в воспитании трудолюбия – серьёзный интерес родителей к труду детей – учебному, домашнему, общественно полезному. Родители постоянно должны проявлять ярко выраженную заинтересованность к трудовой деятельности своего сына или дочери, в её результатах.   
  Участие ребёнка в домашнем труде приучает выполнять свой первый долг сына, дочери, члена семьи перед родителями и близкими, отсюда вырастает потом естественная потребность в выполнении общественного долга взрослого гражданина.

**Полезные советы**

1. Будьте последовательны в своих требованиях.   
2. Учитывайте индивидуальные и возрастные особенности своих детей.   
3. Прежде чем поручить что-либо ребёнку, покажите образец правильного выполнения поручения, научите этому своего сына или дочь, несколько раз выполните поручение совместными усилиями.   
4. Не забывайте об игровых моментах в трудовом воспитании детей.   
5. Учите ребёнка уважать труд других людей, бережно относиться к результатам их трудовой деятельности. Рассказывайте детям о своёй работе и работе своих друзей.   
6. Тактично оценивайте результаты труда ребёнка. Каждый совет педагог дополняет разъяснениями о том, как правильно их выполнять.

**Домашние поручения:**

– оказывать помощь родителям в уборке квартиры;   
– наводить порядок на своём столе и в своей комнате;   
– заботиться о младшем брате или сестре;   
– стирать свои мелкие вещи;   
– мыть чайную посуду;   
– выносить мусор;   
– кормить домашних животных, птиц, аквариумных рыбок;   
– гулять с собакой и кошкой;   
– покупать хлеб и молоко.

***Беседа с родителями «Ваш ребенок перестал слушаться вас. Что делать?»***

**Цель:** дать рекомендации родителям, что делать, если ваш ребенок перестал слушаться; развивать культуру общения; формировать привычку жить по нормам социального общения.

**Оборудование:**талисман, буклеты, карточки с аргументами.

* **Знакомство**

- Здравствуйте, уважаемые родители! Я учитель начальных классов. Рада встрече с вами. Люблю то, что преподаю, и люблю тех, кому преподаю.

**Предлагаю поиграть в игру «Семья».**

Сейчас мы разделимся на две группы «родитель» и «ребенок», называя слова по порядку. Затем я убираю стул. Если назову «родитель» все, кто в группе «родители» должны встать и поменяться местами. Если «ребенок», меняются местами другая группа, а если «Семья», то все встают и меняются местами. Водящий тоже должен занять стул. Тот, кто не успел занять стул становится водящим.

* **Вступление**

Каждый из вас когда-то был ребенком. Попробуйте вспомнить одну из ситуаций непослушания или просто очень запомнившуюся вам ситуацию такого рода. Поочередно опишите  свои тогдашние эмоции и действия, постарайтесь определить главное, преобладавшее чувство, которое вы тогда испытывали (гнев, обиду, отчаяние, раздражение, что-то другое). **Включаю «свободный» микрофон.**

Существует гипотеза, согласно которой причину непослушания ребенка можно определить по тому чувству, которое мы при этом испытываем.   
Если вы раздражены, то, скорее всего, непослушание вызвано борьбой за ваше внимание.   
Если переполнены гневом, то ребенок пытается противостоять вашей воле.   
Если поведение ребенка вас обижает, то скрытая причина — месть.   
Если вы находитесь во власти безнадежности и отчаянья, то ваш ребенок глубоко переживает свою несостоятельность и неблагополучие.  
- Вы согласны?  
- Давайте обсудим это.    
- Ваша задача состоит в том,  чтобы выбрать наиболее значимые аргументы детского непослушания, оформить на листах и озвучить.

**Аргументы**

1. Непослушание вызвано борьбой за внимание.

2. Непослушание является борьбой за самоутверждение против чрезмерной родительской опеки.

3. Желание отомстить. Мне плохо, пусть и вам тоже будет плохо!

4. Потеря веры в собственный успех.

5. Появление  нового члена семьи.

6. Смена места жительства.

7. Вседозволенность.

**- Сделайте вывод.**

Проблема семьи в воспитании детей существовала всегда. Еще в восемнадцатом веке была написана замечательная книга "Отцы и Дети", где уже тогда, И. С. Тургеневым рассматривалась проблема разности поколений.

Родители часто задумываются - как же правильно воспитывать своих детей? А дети в свою очередь задумываются, как же вести себя так, чтобы это нравилось родителям и окружающему их обществу?  
- Поделитесь опытом, как вы реагируете на поведение и поступки ваших детей.  
Для этого предлагаю обсудить несколько **проблемных ситуаций.**

**Ситуация 1.***Непослушание вызвано чрезмерной родительской опекой.*

Представьте себе такую ситуацию:   
Мама в детстве убирала за ребенком игрушки, ребенок вырос и пошел в школу. Мама просит ребенка убрать игрушки, ребенок отказывается, грубит, не слушает родителя, в чем причина данного конфликта? Как можно его избежать?

**Вывод:**

**Конструктивное поведение взрослого в случае непослушания:**

Родителям уменьшить свою включенность в дела ребенка. Для ребенка очень важно накапливать опыт собственных решений и даже неудач. Больше всего поможет избавиться от лишнего давления и диктата понимание, что упрямство и своеволие ребенка - лишь раздражающая вас форма мольбы: "Позвольте же мне жить своим умом".

**Ситуация 2.***Непослушание вызвано отсутствием внимания.*

Одна мама рассказывает другой: «Мы своего и бьем, и наказываем, а он уроки за пять минут сделает и на улицу. Вечером придет и ложится спать.  На следующий день в школе – опять двойка». Что делать?

**Вывод:**

**Конструктивное поведение взрослого в случае непослушания:**

Если идет борьба за внимание, нужно оказывать ребенку это положительное внимание. Придумать какие-нибудь совместные занятия - игры, прогулки.  
  
**Ситуация 3.***Потеря веры в собственный успех.*

Отец часто повторяет сыну, что он  лентяй, у него все валится из рук, он не чего не умеет и вообще он в жизни никогда ничего не добьется.  В какой-то момент отец просит сына помочь по дому –  пропылесосить, а ребенок отказывается.  Почему? В чем причина непослушания?

**Вывод:**

**Конструктивное поведение взрослого в случае непослушания:**

Нужно перестать требовать "полагающегося" поведения, свести к минимуму свои ожидания и претензии. Наверняка ребенок что-то может, у него есть к чему-то способности. Найдите доступный для него уровень задач и начните движение вперед. Помогайте, вместе ищите выход из тупика. При этом ребенка нельзя критиковать! Ищите любой повод, чтобы его похвалить, отмечайте любой, даже самый маленький успех. Постарайтесь подстраховывать его, избавлять от крупных провалов. Необходимо поговорить с учителями и сделать их своими союзниками. Вы увидите: первые же успехи окрылят ребенка.  
Обсудив данные ситуации, хочу предложить вам рекомендации какими же надо быть взрослым, чтобы не провоцировать своего ребенка на непослушание:

* Быть терпеливыми. Это самая большая добродетель, какая может быть у родителей.
* Уметь объяснять ребенку, ПОЧЕМУ его поведение неправильно, но при этом избегать занудства, быть предельно краткими.
* Уметь отвлечь, предложить ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему сейчас хочется.
* Не торопиться с наказаниями.
* Уметь выражать благодарность ребенку за те хорошие поступки, которые он совершает. Награждайте его. Награды более эффективны, чем наказания. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, вместо того чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нем желание поступать так и дальше, чтобы еще раз услышать вашу похвалу. Даже если понадобится больше времени, таким образом вы сможете изменить поведение своих детей совершенно безболезненно по сравнению с тем вредом, который принесет наказание.

**3. Итог**

- Подведем итог нашей беседы: ***Ваш ребенок перестал слушаться вас. Что делать?***

Главные усилия родители  должны направить на то, чтобы переключить свои отрицательные эмоции (раздражение, гнев, обиду, отчаяние) на конструктивные действия.  
- Мне было очень приятно с вами общаться. Любите своих детей, понимайте, потому что вы самые лучшие родители!

Чтобы в вашей семье все было гармонично и счастье воцарилось там навеки, предлагаю приготовить **его по рецепту:**

- берем большую горсть взаимопонимания,

- всыпаем туда ложку взаимного уважения,

- приправляем все это большой порцией любви,

- посыпаем сверху совместными интересами и общением друг с другом,

- по вкусу добавляем гармонию,

- приправляем все это плодами нашей любви – детьми, И ВОТ ОН ГОТОВЫЙ РЕЦЕПТ СЕМЕЙНОГО ГАРМОНИЧНОГО СЧАСТЬЯ!

**А у вас есть плохой ребенок? (из опыта работы)**



***Комментарий:****Выпускной бал. Для каждого ребенка, было написано стихотворение только о нем. Признание и пожелание!*

В последние годы количество геперактивных детей катастрофически выросло – педагоги бьют тревогу. Современные интенсивные формы воспитания детей, рост психоэмоциональных перегрузок, ухудшение социальных тенденций в обществе» – все это способствует нарастанию нервно-психических отношений и нарушений поведения у детей»*Это ошибка общества. А ошибка педагога.*

Ссора, и наказывается только *Он. Ссора и опять ОН.*  
И дети уже знают, в любом случае будет наказан *ОН!*  
Что делать?  
Что делали бы вы? Защищались. Способ? По эффективней.  
А какой выбор у ребенка с шестилетним жизненным опытом? Только оборона, для сохранения своего *«Я»*  
*ОН*знает, что другие о НЕМ знают: нервный, агрессивный, плохой. Слышит в беседе с *ЕГО* мамой о какой-то преобладающей моторной неловкости, рассеянности, импульсивности, и, все эти слова хоть непонятные, но плохие потому, что огорчают *МАМУ.*  
В такой среде ОН постоянно ждал от сверстников и взрослых агрессии, обидчивости, не попытку разрешить, подсказать, помочь… и ЕГО, еще формирующее, познающее, обучающее поведение, определили к категории агрессивной устоявшейся форме!   
Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются. Но! Если ведется работа, тогда с усвоением правил и норм поведения, эти непосредственные проявления детской агрессии уходят, уступая место более спокойным формам поведения.  
И вот ОН в новом коллективе. Зажим психологический, физический, эмоциональный. А самое страшное, ОНничего хорошего от новых отношений не ждет.Знает – привлечение к себе внимания сверстников, закончится его наказанием.  
*А игра-тестирование показала:*  
– у ребенка нет наличия враждебных действий, направленных на вербальную или физическую агрессию,  
*– в игре-ситуации ОН*принимает боль и сострадание сверстника, находит миролюбивые и конструктивные решения.  
*И вот первая ссора.*  
Виноваты *Оба*. Еще ссора. Опять виноват не только *ОН!*  
Шок, и у ребенка, и у меня!  
– Почему она не обвинила одного меня?  
– Почему такая благодарность во взгляде на мое, все-таки замечание?  
Да, *его – Дениса* – заметили! Слушают и слышат. Но страх остается «не спугнуть слаживающиеся отношения!»  
*В какой же коллектив попал Денис?*  
Мы уже «подготовишки»  
Наше моральное воспитание посвящено, формированию положительного отношения к другим.  
Я очень боялась, что оборона, которую «брал» с собой ребенок, будет расценена как детьми, так и взрослыми – устоявшейся чертой характера.  
*Но!* В нашем коллективе этого *не* произошло. С каждым переходом на высшую ступень морально-нравственного воспитания, в группе, появлялись правила.

Первое и главное – отвечает на вопрос: «*Зачем мы ходим в детский сад?*  
*– Дружить* – чтобы став взрослым*, Я* мог гуманно и доброжелательно укреплять отношения не только в семье, но и между государствами.  
– Слова*« Не хочу» «Не могу*» – для малышей, а *Я*придерживаюсь понятия «*Надо!»*  
– Если все-таки произошла ссора, решать ее надо не предметом, который у меня в руках, а *словами*, но, это правило для тех, кто еще не вырос.  
– Каждой игрушке свое место, чтобы *мой и твой друг* знал, где ее взять.  
– Человек старшего дошкольного возраста слово «*можно»* произносит редко, ведь он уже анализирует – мысли, действия, поступки.  
На определенных временных отрезках создается такаяситуация, когда можно сделать «срез», анализ поставленных задач, «Становление моральных и нравственных основ личности»  
Конкретнаякартинка взаимодействия детей.  
В группе *новенькая*. Девочка с больными ногами.  
Не испугались! Приняли! Только появилось еще одно правило:  
– Если со мной *Настенька*, или я рядом с ней буду *эталоном,* образцом, регулятором поведения.  
(Со слов мамы) … дочка расцвела. Стала открытой, с удовольствием ходим в детский сад, появились друзья, а после того, как поставили ее в танцевальный номер и, уверенность»  
Денис очень трепетно стал относиться к Насте.  
*Пример:*  
– *коррекционная игра*, требующая не только единства мнений, взглядов, но и, движений. Из множества частей – одно целое «собери слона» где каждый ребенок одна из его частей.  
Денис не играет, боится за несогласованность в действиях.  
Уже третий день пошел, как мы играем, а он никак. А тут Настенька вернулась из санатория. И…  
Непонятно как, но она «ухо», дети, « нога» « хвост» « брюхо».  
Жду реакцию на сложившуюся обстановку.  
*Вот и произошло то самой ч у д о*, которое я ждала от методов и способов*морально-нравственного воспитания.*  
Увидев в игре Настю, Денис стал рядом.  
– Я буду вторым «ухом»! Держись за меня!  
И слон благополучно вышел на лесную поляну.  
*Вывод?* Ответственность за *д р у г о г о,* уверенность в *д р у г о м ! Все говорило о том, что Денис стал доверять сверстникам, а они ему.*  
Очень не хочется говорить о следующей ситуации, но…  
И Денису, и детям, и мне намного было бы легче идти к поставленной цели вместе с педагогом-напарником. Для подтверждения собственного мнения «плохой» она опросила узких специалистов и вынесла вердикт «неисправимый»  
*Что мы делали*?  
Каждый день убеждались, что вокруг нас – *д р у з ь я,* что ошибаться можно, что игра создает положительную атмосферу не только в среде, но и в душе. И замечательно, что существуют правила, которые позволяют зафиксировать взаимодействия со сверстником, что играя, можно обратиться к воспитателю по имени, как к другу, что в беседе с педагогом,*мама*улыбается и звучат такие знакомые слова – *добрый, отзывчивый,* успешно осваивает *нормы и правила общественного поведения.*  
А что *Денис,*овладевает и применяет моральную саморегуляцию, может соотносить собственное поведение, видит образец поведения и стремится подражать достойным примерам.  
*Еще одна конкретная картинка*.  
Коррекционная игра «злой дракон» где добро побеждает зло. Дракон погибнет, если в доме будут звучать добрые слова.  
Коробки в группе уже два дня, дети в них «живут» играют.  
Выбрав удобный момент – начинаю.  
– Вы гномики в домиках?  
– Да!  
На слова «В нашем царстве беда» Денис вылез и коробки.  
– Это плохая игра.  
За ним вышли еще несколько детей. Иришка, Даниил и Настенька остались. Не прерывая игры продолжаю.  
– Дракон не выносит ласковых слов, добрых отношений…  
– Ну! И чего вы сидите? – не выдержал Денис.  
– Говорите друг другу хорошие слова.  
Но дети в коробках смотрели, улыбались и не воспринимали меня как злодея.  
А вот Денис испугался, он быстро залез к Насте в коробку и стал успокаивать ее, самыми красивыми и добрыми словами, которые он только знал. После игры я спросила Дениса:  
– Ты зачем залез к Насте? Мы же играли?!   
*И вот результат нашего с Денисом труда*.  
*– Я понял, а вот Настенька – нет, она могла испугаться!*  
Сейчас у Дениса есть друзья. С огромным удовольствием мы слышим, как с ним советуются, делятся игрушками и событиями.  
Еще немного и будет хороший *лидер.*  
*Счастливого пути!!!*

**Важные детские годы**

Не зря говорят, что здоровье - это ловкость, гибкость, красота и конечно же хорошее настроение. Нашу с вами встречу, дорогие родители, мне хочется провести в форме беседы, поговорить о здоровье наших детей, о том, что нужно делать, чтобы быть здоровым, рассказать, как и чем занимаются наши дети в детском саду.

Вы все знаете, что детские годы - самые важные в жизни человека и как они пройдут, будет зависеть от нас с вами. Всем нам хочется видеть своих детей здоровыми, жизнерадостными, бодрыми и наша с вами цель и задача воспитать их такими. Но многие дети часто болеют. Иные родители даже воспринимают это как неизбежность: выздоровеет, мол, поздоровеет, а пока его надо защищать и оберегать. А уж как берегут! Тщательно охраняют от холода и сквозняков. Но, увы, дети все равно простужаются. Опять вызов врача, опять лекарства, потом еще более тщательный надзор: при ребенке не открывают форточку, умывается он теплой водой, ходит дома в теплой одежде. А ребенка снова где-то продуло, растет он, взрослеет, но не очень здоровеет. Его преследуют насморки, ангины, пневмонии. В своей практике мы наблюдали, что при разной температуре на улице, детей одевают одинаково. Согласитесь, чем старательнее вы их кутаете, тем они чаще болеют. Почему? Дети, как правило, не стоят на месте, постоянно находятся в движении. И если они очень тепло одеты, то быстро потеют, а это прямая дорога к простуде. Ведь движение - это радость для ребенка. А на воздухе - двойная радость, лишняя одежда сковывает движения, создает трудности и неудобства. В связи с этим хочется пожелать, чтобы вы одевали своих детей по погодным условиям, чтобы ваши дети могли свободно двигаться и получать радость от прогулки.

Даже при самом внимательном уходе немыслимо оградить ребенка от всех неожиданных перемен температуры, внезапных сквозняков, открытых форточек, ветров, дождей, сырости. Но для изнеженного, привыкшего к постоянному теплу организма такое случайное охлаждение становится особенно опасным, так как его способность самостоятельно защищаться от холода, уже значительно ослаблена. Несомненно, что единственное надежное средство - **закаливание.** Надо тренировать, совершенствовать, развивать врожденные защитные силы организма у ребенка, добиваться их наилучшего действия. Ведь не зря говорят в народе: "Хилый человек в шубу, здоровый в мороз".

Давайте вспомним, какие вы знаете закаливающие процедуры, которые можно применить к нашим детям, это:

1. Воздушные ванны:

а) с постепенным снижением температуры воздуха;

б) увеличением длительности процедур при одной температуре.

2. Водные процедуры:

а) обтирание (сухое, влажное);

б) обливание ног (ножные контрастные ванны);

в) душ (контрастный);

г) купание.

3. Хождение босиком.

4. Полоскание горла холодной водой.

5. Русская парная баня.

6. Солнечные ванны: "Куда редко заглядывает солнце, туда чаще приходит врач".

Да с помощью этих средств закаливания достигается высокая сопротивляемость организма, но высокого эффекта можно достичь только при проведении постепенных и систематических закаливающих процедур.

В нашем детском саду для укрепления здоровья детей мы используем ряд комплексных мероприятий по закаливанию: ежедневно перед сном и после сна дети, начиная с ясельной группы, ходят по массажным дорожкам "здоровья". После каждого приема пищи поласкают горло водой комнатной температуры, умывают лицо, руки от кисти до локтевого сустава, проводится систематическое проветривание групп. Для занятий с

детьми в физкультурном зале имеется необходимое современное оборудование: маты, хоппы для прыжков, диски "Здоровье", мягкие модули, мячи всех размеров и т.д. Для активной деятельности детей на свежем воздухе используются: лыжи для занятий зимой, волейбольная сетка, бадминтон, мячи, скакалки, городки, серсо и т.д. На физкультурных занятиях дети занимаются в облегченной одежде, босиком. Это одно из доступных средств закаливания. Жаль тех детей, которым мама строго настрого запрещает снимать колготки, носки. Многие родители (в частности запрещающие детям и не посещающие открытые занятия, каждодневно демонстрирующие детям плохой пример в отношении: утром еще не успев встать с постели, нащупывающие ногами тапочки) просто не имеют ни малейшего представления, как и чем ребенок занимается на физкультурных занятиях. Дети на физкультурных занятиях бегают, прыгают, играют, они все время в движении. От занятий босиком дети получают огромное удовольствие. Приучайте ребенка к ходьбе босиком с самого раннего детства. Начинать лучше всего с хождения в теплой комнате по ковру или половику, затем - по деревянному полу. Повседневно массировать стопы можно с помощью скалки или круглой палки. Полезно совместить этот вид закаливания с ежедневными ножными ваннами с постепенным снижением температуры воды. Происходит закалка всего организма - приучайте ребенка ходить босиком по песку, по траве, по земле, по камушкам, особенно очень полезно по свежескошенной траве и по росе, если представится такая возможность. При ходьбе босиком увеличивается интенсивность деятельности почти всех мышц, стимулируется кровообращение во всем организме, улучшается умственная деятельность, ведь подошвы ног - одна из самых рефлексогенных зон организма человека. Человек испытывает удовольствие. И, конечно же, ходьба босиком предупреждает и лечит плоскостопие. Чтобы ребенок мог ходить, бегать, не уставая прыгать, его ноги должны быть здоровы.

**Плоскостопие**- это деформация стопы, часто встречающаяся у наших детей. Если вашему ребенку 5,5 лет, а стопа все еще плоская, то значит у него плоскостопие. Проверить и легко исследовать стопу вашего ребенка вы можете в домашних условиях. Попросите его наступить на лист бумаги мокрой стопой, обведите карандашом получившейся контур, тем самым выяснив, какая стопа у вашего малыша. Причина плоскостопия может быть разной: слабость мышц и связок стопы, большая масса тела или ношение неподходящей обуви (слишком узкая или свободная, без эластичной подошвы, без каблука или с каблуком выше 1 см.) - все это может вызвать нарушение стопы. Для профилактики и лечения плоскостопия существует много упражнений, которые мы проводим с детьми на физкультурных занятиях в игровой форме. Такие как:

* "кораблик" - сидя на полу с согнутыми коленями и подошвы ног прижаты друг к другу, постепенно выпрямлять колени вперед
* "художник" - сидя, фломастер зажат пальцами ног, рисовать на листе бумаги различные фигуры, поочередно
* "гусеница" - сидя на полу с согнутыми коленями, передвижение обеими пятками вперед, за счет сгибания и выпрямления пальцев ног
* "мельница" - сидя на полу, ноги вместе, прямые, описывать ступнями круги в разных направлениях
* "маляр" - сидя, ноги врозь, большим пальцем одной ноги "раскрашиваем" другую ногу
* "барабанщик" - сидя на полу с согнутыми коленями, стучать по полу пальцами ног, пятки не касаются пола
* "сборщик" - и.п. то же, собирать пальцами ног различные мелкие предметы, разложенные на полу и т.д.

Все эти упражнения вы можете легко использовать дома в совместных играх с детьми. Поверьте, дети с удовольствием включатся в игру, если в ней принимают участие мама или папа.

Так же закаливают, укрепляют здоровье, предохраняют от простуд и бронхитов дыхательные упражнения. "**Дыхание -** есть жизнь. И если вы хорошо дышите, будите жить долго" - гласит санскритская пословица. Есть много методик дыхательной гимнастики, но наша с вами цель научить наших маленьких детей дышать через нос, осуществлять профилактику заболевания, верхних дыхательных путей. Дыхательные упражнения в детском саду мы тоже проводим в игровой форме (особенно с маленькими детьми), а в старшем дошкольном возрасте проводим задержку дыхания в игровых моментах, т.е. задача одна, а реализовать ее можно по-разному.

Так у малышей более простые дыхательные упражнения, основанные на вдохе-выдохе:

\*сделать вдох и на выдохе сказать: "у-у-у" - самолет летит; подуть на одуванчик - "фу-фу-фу"; подразнить гусей - "га-га-га"; помяукать как кошечка - "мяу-мяу-мяу"; покаркать как ворона - "кар-кар-кар"; как лает собачка - "гав-гав-гав"; корова ищет хозяйку - "му-му-му"; уточка зовет своих деток - "кря-кря-кря"; пчелка прилетела - "з-з-з"; петушок на заборе - "ку-ка-ре-ку":

А с детьми начиная с 4 лет такие как:

* "часики" - стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить тик-так;
* "паровозик" - ходить по комнате, делая круговые движения согнутыми руками, приговаривая "чух-чух-чух" (20-30сек.);
* "дровосек" - стоя, сделать вдох, одновременно поднимая руки перед собой вверх. Задержать дыхание, сделать энергичный выдох через рот, одновременно опуская руки и наклоняясь вперед с произнесением "ух";
* "песенка водички" - вдох через нос, выдох предельно затягивается, воздух выходит через рот, издавая свистящий звук "с";
* "барабанщик" - стоя, ноги врозь, руки на поясе. Присесть, похлопать по коленям ладонями со звуком "бам-бам", выдох, встать - вдох
* "качели" - стоя, руки опущены. Присесть, руки опустить на колени произнося "ух", встать, руки поднять над головой "ах";
* "гуси летят" - медленная ходьба по комнате. На вдох - руки поднять в стороны, выдох - опустить со звуком "га-га-га";
* "задувание свечи" - стоя, сделать свободный вдох и задержать дыхание. Сложить губы трубочкой, сделать три коротких выдоха, словно стараясь задуть горящую свечу: "фу-фу-фу".
* "покорители космоса" - сесть по-турецки, расслабиться, приготовиться к полету:

а) полет на луну - на выдохе тянем звук "а", медленно поднимая левую руку вверх, достигая луны, медленно опускаем

б) полет к солнцу - так же, но звук "а" громче и длиннее, только поднимается теперь правая рука. Достигнув образно солнце, возвращаемся

в) полет к инопланетянам - на выдохе звук "а" нарастает до предела по высоте и громкости. Громкость доходит до предела, словно всплеск, поднимать обе руки вверх. Появляется ощущение легкости, радости:

Все эти несложные упражнения вы, дорогие родители, тоже можете применять для совместных игр с вашими малышами, желательно на свежем воздухе или в хорошо проветренной комнате.

Немаловажную роль для укрепления здоровья наших детей играет и правильный **режим дня.**Очень важно, с каким настроением вы проснулись, как начался ваш день. Здорово, когда утром идешь на работу и видишь, как ребенок наперегонки бежит с мамой или папой в детский сад, оба довольные, смеются, с утра получают заряд бодрости и хорошее настроение.

Важно просыпаешься ли ты утром отдохнувшим, а для этого важно вовремя ложится спать (особенно нашим детям). Не случайно замечено воспитателями нашего детского сада, что самые нервозные, трудные дети бывают по понедельникам. Наверно потому, что в выходные дни не соблюдается привычный для них режим дня, живут по расписанию взрослых: поздно встают, не гуляют, поздно укладываются спать. И мы еще удивляемся, почему же они так капризны. Недаром в народе говорят: "Сон - лучшее лекарство". Воспитатели не зря просят вас утром не опаздывать, не нарушать режим детского сада. Утром во всех группах проводится гимнастика. Комплексы, входящие в утреннюю гимнастику, включаются упражнения для профилактики плоскостопия и коррекции осанки, не забывается и о дыхательной системе. Гимнастика проводится под музыку, что создает положительный настрой и поднимает настроение у ребенка. У детей, которые регулярно занимаются утренней гимнастикой, пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность, а если ребенок часто пропускает или опаздывает на нее, то он сильно отстает от других детей. Проявляется это во всем: не умеет делать построения, не знает, как выполнять упражнения со спортивным оборудованием, чувствуя свою неловкость, думает, что он хуже всех. Хотя ребенок, как вы понимаете, ни в чем не виноват..

Несоблюдение режимного дня, нерегулярное питание, отсутствие отдыха на свежем воздухе могут вредно влиять на здоровье наших детей. А ведь правильный режим дня - это такой распорядок жизни, который предохраняет от переутомления, обеспечивает хорошую работоспособность, укрепляет здоровье и в то же время позволяет успешно выполнить всю работу и хорошо отдохнуть, а кто умеет правильно отдыхать - тот умеет хорошо работать.

Какой ребенок не любит кататься на велосипеде, играть с мячом, прыгать через веревочку, играть в бадминтон, кататься на санках, лыжах, качелях. В играх дети развиваются, игры для детей являются лучшим средством активного отдыха, приносят большую пользу для физического развития ребенка. В играх дети упражняются в ходьбе, беге, прыжках, метании, где незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Вы можете спросить: "Надо ли постоянно играть с детьми?". Уверена надо. Игра нужна для того, чтобы заинтересовать детей новыми знаниями, чтобы им захотелось на время превратиться в смешную и веселую обезьянку или сходить в гости к маленьким мышатам, чтобы, одновременно получая информацию и двигаясь, они познавали окружающий мир, учились любить его и действовать в нем.

В зависимости от природных двигательных особенностей одни дети хорошо прыгают, быстро бегают, другие метко бросают. Поэтому, уважаемые родители, перед нами стоит еще одна задача развивать у детей все основные движения: ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, равновесие. Спросите как? Очень просто, опять же в игровой форме. Например, если вы знаете, что ваш ребенок плохо метает, то находясь, может где-нибудь у ручья, предложить побросать камушки "кто дальше", если плохо прыгает предложить перепрыгнуть через какое-нибудь препятствие. Для него эта будет игра, а в результате ребенок получит радостное настроение и хорошую мышечную нагрузку. Хвалите чаще детей за любые достижения, радуйтесь вместе с ними новым их удачам.

Еще одна из основных задач развития детей является формирования правильной осанки. **Осанка** - один из важнейших показателей здоровья. У многих детей наблюдается нарушение осанки. Почему происходит нарушение осанки? Причин много: неправильная поза при сидении, плохо подобранная мебель, одежда, обувь, и т.д. Но главная причина - слабость мышечных групп ( мышц плечевого пояса, спины, брюшного пресса, ног). Выход один: нужны упражнения для их укрепления. Но как заинтересовать ими детей? Не забывайте, что дети очень любят, играя изображать кого-либо. Поэтому различные упражнения, полезные для укрепления осанки, то же надо проводить в игровой форме.

Например, предложить попутешествовать по дну моря, войти в образ морских обитателей и передать тот или иной образ в движениях ("рыбка", "медуза", "краб", "водолаз":). Тем самым дети, играя, укрепляют все мышцы групп, выпрямляют и растягивают суставы позвоночника.

А вот несколько советов для вас, дорогие родители, как уберечь свой позвоночник от излишних нагрузок:

1. Если предстоит делать какую-нибудь работу на полу - опуститесь на колени с упором на руку.

2. Если поднимаете какой-то тяжелый предмет - то не наклоняйтесь, а опуститесь на колени или присядьте. Тяжелую сумку или тем более ребенка удобнее держать не пред собой, а как бы "подсадить" себе на бедро. Если две сумки, тяжесть делится пополам.

3. Если трудитесь у кухонного стола или гладите белье - для разгрузки позвоночника, одну ногу поставьте на маленький стул.

4. Машина по нынешним временам не роскошь, а средство передвижения - после двух часовой езды сделайте перерыв: пройдитесь, сделайте несколько упражнений.

5. Если вы подолгу службы работаете стоя - то разгрузить позвоночник можно так: прислонитесь спиной к стене, чтобы ноги были дальше от нее, а колени чуть согнуты и вы как бы повисните. Расслабьтесь, дома после работы отдохните лежа, но обязательно положив что-нибудь под ноги.

6. При длительной работе за письменным столом - хороший отдых "ходьба" на коленях и локтях. Хорошо бы несколько раз в день на чем-нибудь повисеть.

7. Во время сна ваш позвоночник в идеале должен быть прямой линией, а шея должна поддерживаться невысокой подушкой.

8. Плавайте, ходите на лыжах, бегайте трусцой, ездите на велосипеде, все эти виды спорта хорошо будут тренировать ваш позвоночник.

Свой позвоночник вы так же можете проверить и на гибкость. "Вы можете уходить от старости до тех пор, пока у вас сильный и гибкий позвоночник" - говорят йоги. Гибкость зависит от того в каком состоянии суставы и позвоночник, насколько они подвижны. Хорошо, если вы сможете сделать следующие упражнения:

А) в положении стоя наклониться вперед - вниз и, не сгибая коленей, коснуться ладонями пола;

Б) в положении сидя на полу, наклонившись вперед, коснуться лбом коленей;

В) стоя спиной к стене 25-30см. поднять руки вверх и коснуться кистями стены;

Г) в положении стоя выполнить мах ногой вперед - вверх до уровня головы, затем в сторону и назад по уровню пояса;

Д) сделать "мостик" с прямыми руками и ногами

Если вы чувствуете, что некоторые из этих упражнений сделать не можете, значит, вам тоже необходимы тренировки (для плечевых, тазобедренных суставов, для позвоночника). Приступайте, не откладывая, к совместным с детьми занятиям, разучиванием несложных упражнений (учитывая возраст вашего малыша) и тогда вы удивитесь, на что способно ваше тело. Тем самым покажите пример вашему ребенку и получите удовольствие и двойную радость от совместного общения друг с другом. "Ведь ребенок учится тому, что видит у себя в дому", - гласит народная мудрость. Но помните, что дети склонны подражать движениям, манере держаться, речи взрослого, поэтому надо показывать детям идеальный образец движения, насколько это возможно. Для создания настроения включите веселую музыку. Под музыку поднимается настроение, музыка придает движениям выразительность, увеличивается интенсивность занятия, развивается внимание, умение слышать музыку и выполнять в соответствующем темпе упражнения.

Во время занятий обязательно разговаривайте, хвалите и подбадривайте ребенка: "Умница, Танечка, ты как я уже дотянулась до кончиков пальцев ног!" и т.д.

Но нужно обращать внимание, при совместных занятиях с детьми, на первые признаки утомления детей. Они проявляются в вялом поведении, бледности, снижении аппетита, нервозности и т.д. Для снятия утомления и сохранение здоровья ребенка важен свежий воздух, витамины и смена деятельности.

Итак, что нужно, чтобы оздоровить ребенка дома:

* раньше ложиться и раньше вставать
* каждый день без исключения быть на свежем воздухе (прогулки, сюрпризы, соревнования, походы, бег)
* чаще открывать в комнатах форточки, в особенности перед сном
* соответствие одежды и обуви ребенка температурному режиму
* проводить утреннюю гимнастику (в игровой форме, в виде ритмики, аэробики)
* прививать правила личной гигиены с самых ранних лет
* стараться есть в определенные часы, есть больше фруктов и овощей
* играть в подвижные игры
* спортивные игры (ходьба на лыжах, хоккей с шайбой, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, велосипеды, бадминтон, городки, малый теннис и баскетбол, плавание)
* знать диагностику здоровья ребенка (узких специалистов)

Вот такие нехитрые правила. Казалось бы, что тут особенного? Ведь многие нам хорошо известны. Но именно это и доказывает их мудрость, проверенную веками.

Для того чтобы ребенок понимал, что такое здоровье и нездоровье можно с ним разобрать и обсудить вот такие несложные пословицы:

* Дал бы Бог здоровье, а счастье найдем
* Здоров будешь - все забудешь
* Здоровьем слаб, так и духом не герой
* Здоровье не купишь - его разум дарит
* Не рад больной и золотой кровати
* Здоровье дороже золота
* Чистота залог здоровья
* У кого болят кости, тот не думает в гости
* У кого что болит, тот о том и говорит
* Ребенком был хил, так и взрослым гнил
* Быстрого и ловкого человека болезнь не догонит
* Здоровье дороже богатства
* Здоровому человеку врач не надобен
* Больному все горько
* Больному и мед не вкусен, а здоровый и камень ест
* В здоровом теле здоровый дух

Хочется пожелать, чтобы движения и спорт доставляли радость вам и вашим детям, чтобы все были здоровыми и счастливыми.

**Взаимодействие воспитателя и родителей в формировании у детей потребности в здоровом образе жизни**

"Опыт убедил нас:, что главная причина отставания в учёбе - плохое состояние здоровья, какое-нибудь заболевание,   
чаще:незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями врача, матери, учителя.   
Скрытые недомогания:являются отклонением от нормального развития, а замедленное мышление -   
во многих случаях следствие этого недомогания:".   
*В.А. Сухомлинский.*

Среди значимых для человека ценностей одно из ведущих мест занимает здоровье. Особенно волнует проблема сохранения здоровья будущего поколения. Не последнюю роль здесь играет фактор семьи и фактор образовательного учреждения - на сколько они способны с самого раннего возраста создавать ребёнку общий положительный и устойчивый фон психического состояния, обеспечивать развитие деятельной и жизнерадостной личности.

Для успешной и продуктивной работы детского сада по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни педагогам необходимо направлять деятельность родителей и в этом направлении обеспечивать взаимосвязь в работе с родителями воспитанников. На сегодняшний день необходимо, чтобы каждый педагог дошкольного учреждения был грамотен в вопросах сохранения здоровья. Педагог, работающий с детьми дошкольного возраста, должен иметь так же специальные знания, касающиеся здоровья детей и практические навыки здорового образа жизни.

Степень грамотности педагога в вопросах здоровья определяет уровень воспитанности детей, умение адаптироваться к условиям жизни, их стремление к познанию самих себя.

В любой комплексной программе система физического воспитания дошкольника является частью общегосударственной системы физического воспитания, она строится с учётом возрастных, психологических особенностей детей при обязательном контакте с родителями.

Семья для ребёнка - источник общественного опыта. Здесь он находит пример для подражания и здесь происходит его социальное рождение. И если мы хотим вырастить нравственно здоровое поколение, то должны решать эту проблему "всем миром": детский сад, семья, общественность.

Физическое воспитание дошкольника базируется на единстве цели, задач, средств, форм и методов работы и направлено на укрепление здоровья и физическое развитие детей. Целью физического воспитания является формирование потребности у детей в здоровом образе жизни. Знание ребёнком основ гигиены, элементарных медицинских сведений, правил безопасной жизнедеятельности составляет фундамент здорового образа жизни, способствующий в свою очередь, эффективности оздоровительных мероприятий, проводимых в дошкольном учреждении и семье. Всем известно, об одном из педагогических принципов, принципе осознанности.

Роль педагога ДОУ состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребёнка и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельностью с детьми, педагог, сотрудничая с семьёй, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Роль родителей в сбережении здоровья ребёнка при поддержке ДОУ состоит в конструировании природо и культурносообразной модели поведения, в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов ДОУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребёнка, активном участии в создании культурных традиций детского сада. Это значит, что важным условием успешной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, по формированию у них потребности в здоровом образе жизни является и то ,что "здоровый образ жизни" должен стать стилем жизни окружающих его людей, т.е. педагогов и родителей.

Актуальность данной проблемы состоит в том, что современная семья включается во множество сфер жизнедеятельности общества. При этом, сокращение свободного времени родителей из-за необходимости поиска дополнительных источников дохода, психологическая перегрузка, стрессы и наличие других патогенных факторов способствуют развитию у родителей синдрома хронической усталости, что в свою очередь не позволяет им уделять необходимое внимание своему ребёнку.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребёнка, им не всегда удаётся грамотно решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более, что многие дети большую часть времени находятся в детском саду. Поэтому ДОУ должно оказать существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психологического здоровья ребёнка.

Существуют разнообразные формы работы с родителями: коллективные, индивидуальные, наглядно-информационные. Желателен творческий неформальный подход педагогов к вопросу организации взаимодействия с родителями. Важно помнить, что родителям необходима не только теоретическая информация, но, что главное, практические навыки. Поэтому целесообразно организовывать различные практикумы для родителей, где они могут приобрести определённый педагогический опыт.

К нетрадиционным формам работы с родителями можно отнести следующие:

**Коллективные:**

* Школа для родителей или Семейный клуб (с приглашением интересных и известных людей)

**Форма проведения:**

* Круглый стол;
* Родительские конференции;
* Вечера вопросов и ответов;
* Это коммуникативные игры;
* Устные справочники;
* Выставки и презентации по узким направлениям.

Для повышения активности родителей должны применяться методы и приёмы, которые активизируют внимание родителей, облегчают запоминание сути бесед и создают доброжелательный настрой, позволяющие вовлечь их в откровенный разговор и обмен мнениями.

**Наглядно-информационные:**

Информационная связь педагога и родителей осуществляется за счёт средств наглядности. В целях привлечения внимания родителей **используются:** **буклеты; газеты;** ( они могут быть как групповые, и изданы творческой группой педагогов детского сада).



**Тематические выставки.** по определённым направлениям. Такая форма хороша конкретностью и наглядностью. Каждая тематическая выставка посвящена одному из вопросов, касающихся воспитанию и обучению детей.



**Индивидуальные:**

* **Приобщение родителей к жизни детского сада:**Дни открытых дверей, Совместное проведение праздников и развлечений, показ открытых занятий или режимных моментов, участие родителей в продуктивных видах деятельности на занятиях совместно с детьми. (присутствуют родители, которые могут прийти в виду свободного времени).
* **Использование видеозаписи.** Имеется в виду распространение видеоматериалов педагогической копилки воспитателей среди родителей (занятия, режимные моменты, праздники). Воспитатели отдают видеоматериал и те в свободное и удобное для этого время в домашних условиях просматривают материал.
* **Привлечение родителей к участию в педсоветах и семинарах ДОУ.**Родители имеют полное право участвовать в жизни детского сада, вносить свои предложения, планировать совместную работу.
* **Совместная деятельность педагог -> родитель -> ребёнок.**
* **Совместная деятельность ребёнка и родителя на занятии;**
* **Совместное оформление альбомов, игр, пособий (Дневничок-Здоровячок, Визитная карточка группы).**
* **Совместное выполнение рекомендаций педагога по развитию каких - либо индивидуальных качеств ребёнка.**

**В заключение:**

Современные родители, с одной стороны, довольно образованные люди, а с другой - они мало информированы по вопросам педагогики, психологии, физиологии и других областей знаний.

Психолого-педагогическую информацию родители могут получать из разнообразных источников: периодическая печать, теле- и радиопередачи, научно-популярная литература, сеть Интернет. Но все ли родители вашей группы пользуются такими возможностями? Более доступный способ - общение с вами, уважаемые педагоги. И именно от вас зависит: ":каким человеком станет сегодняшний малыш."

**Влияние семьи на развитие личности ребенка**

*Кто в детстве не получил воспитания,   
Не будет счастья в жизни знать потом;  
Сгибай сырую палочку как хочешь -  
Сухую выпрямишь одним огнем.  
Муслихиддин Саади.*

История вопроса о влиянии семьи на воспитание ребенка уходит своими корнями в глубокую древность. Не считая педагогов, он волновал умы многих выдающихся людей разных эпох и народов. Семейному воспитанию уделяли в своих трудах внимание Тацит, Петроний, Вергилий, Конфуций, Кант, Гегель, Екатерина Великая, Жан Жак Руссо... Список поистине неисчерпаем. Ни один известный мыслитель, политик, государственный деятель не обошёл эту тему своим вниманием. Почему? Дело в том, что семейное воспитание неразрывно связано с жизнью общества, государства. Русский писатель и просветитель Николай Николаевич Новиков в 1783 г. в трактате “О воспитании и наставлении детей” писал: “Воспитывай детей твоих счастливыми людьми и полезными гражданами... Первая главная часть воспитания...попечение о теле”.просвещение, или образование разума” [1]

Воспитание - это ежечасное и ежеминутное занятие, в котором принимают участие два человека: мать и отец. Вместе они несут ответственность за то, кем вырастет их ребенок.

Для семейного воспитания характерны непрерывность и продолжительность, и в этом с семьей не может сравниться ни один воспитательный институт. Семья может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного фактора воспитания.[2]

Уже в самом раннем детстве необходимы два условия для того, чтобы энергия ребенка и его нервная система укрепились: спокойная жизнерадостность и чувство уверенности. Эти условия зависят от характера влияния ближайшего окружения и социальной среды.

В последние годы все чаще появляются дети, поведение которых наводит на самые печальные мысли, настолько они агрессивны, неуправляемы, неадекватны. Хочется сходу их направить психиатру, но это просто жертвы “свободной педагогики”- дети, которых воспитывали “без ограничений”, ничего не запрещали и не наказывали. А вслучаях демонстративного неповиновения беспомощно разводили руками, либо даже начинали бояться. Пока такой корабль без руля и ветрил носится только по семейной гавани, он еще более-менее держитсяна плаву. Но неизбежнывыходы в открытое море-социум чреват кораблекрушением.[3]

Каковы же причины такого поведения?

Неблагополучные семьи (алкоголизм и наркомания, аморальное поведение родителей, родители - правонарушители, фанатики религиозные семьи и др.) создают атмосферу асоциального и антисоциального влияния.

Семьи с недостатки в стиле педагогического руководства, ошибками в воспитании детей (авторитарность, попустительство, непоследовательность, а так же изнеженность и избалованность, бездумное удовлетворение потребностей ребенка и т.д.) приводит к трудностям воспитательного характера.

Семьи с неблагоприятным психологическимклиматом, отсутствием духовного родства ее членов порождают безнадзорность и беспризорность. [4, 18]

Вместе с тем, семья как институт социализации призвана обеспечить адаптацию подростка к жизни в сложных внешних условиях защитить от неблагоприятных влияний среды.

И если что-то в его поведении становится не таким, каким должно быть, то надо засучить рукава и исправлять. И если уж кого-то обвинять, то только самих себя.

Стили семейного воспитания так же влияют на становления личности ребенка. К деструктивным стилям относятся:

**Попустительский** **стиль:**

**Особенности:**при этом стиле воспитания родитель формирует у ребенка “свободу”, самостоятельность и раскованность, позволяет ему делать абсолютно всё, что он хочет, не накладывает никаких ограничений. Родитель не помогает подростку и не мешает, не принимает никакого участия в становлении личности.

Попустительский стиль общения предполагает тактику невмешательства, основу которой, по сути, составляют равнодушие и незаинтересованность проблемами ребенка. Попустительскому стилю свойственны дистантные отношения, отсутствие доверия, явная обособленность, отчужденность, демонстративное подчеркивание своего доминирующего положения.

**Последствиями может быть** следующие варианты развития личности:

- самостоятельность;

- неспособность к близости и привязанности;

- безучастность в отношении близких (“это не мои проблемы, мне все равно”);

- отсутствие желания позаботится о ком-то, помочь, поддержать;

- мало “душевного тепла”.

вариант – личность “без тормозов” и “без запретов”:

- хамство и вседозволенность;

- воровство, враньё, распущенность;

- безответственность, не умение “держать слова”.

**Конфликтная семья**, в которой по различным психологическим причинам личные взаимоотношения супругов строятся не по принципу взаимоуважения и взаимопонимания, а по принципу конфликта отчуждения. Конфликтные семьи могут быть как шумными, скандальными, где повышенные тона, раздражительность становится нормой взаимоотношений супругов, так и “тихими”, где отношения супругов характеризуют полное отчуждение, стремление сбивать всякое взаимодействия. Во всех случаях конфликтная семья отрицательно влияет на формирование личности ребенка и можетпослужить причиной различных асоциальных проявлений. В конфликтных семьях десоциализирующее влияние проявляется не прямо через образцы аморального поведения или антиобщественные отношения родителей здесь имеет место косвенноедесоциализирующее влияние, оказываемое за счет хронически осложненных, нездоровых отношений родителей.

**Педагогически несостоятельная семья** неоказывает на детей прямо десоциализирующего влияния. Формирование антиобщественных ориентаций у детей в этих семьях происходит потому, что засчет педагогических ошибок, тяжелой морально-психологической атмосферы здесь утрачивается воспитательная роль семьи, и она по степени своего воздействия начинает уступать другим институтам социализации, играющим неблагоприятную роль.

**Попустительско -снисходительный стиль**, когда родители не придают значения проступкам детей, не видят в них ничего страшного, считают, что “все дети такие”, либо рассуждают так: “мы самитакие были”.Позиция круговой обороны, которую также может занимать определенная часть родителей, строя свои отношения с окружающими по принципу “наш ребенок всегда прав”. Такие родители весьма агрессивно настроены ко всем.  Кто указывает на неправильное поведение их детей. Даже совершение подростком тяжелого преступления в данном случае не отрезвляет мам и пап. Они продолжают искать виновных на стороне. Дети из таких семей страдают особенно тяжелымидефектами морального сознания, они лживы и жестоки, весьма трудно поддаются перевоспитанию.

**Демонстративный стиль**, когда родители, чаще мать, не стесняясь, всем и каждому жалуется на своего ребенка, рассказывает на каждом углу о его проступках, явно преувеличивая степень их опасности, вслух заявляет, что сын растет “бандитом” и прочее. Это приводит к утрате у ребенка стыдливости, чувства раскаяния за свои поступки, снимает внутренний контроль за своим поведением, происходит озлобление по отношению к взрослым, родителям.

**Педагогическо -подозрительный стиль**, при котором родители не доверяют своим детям, подвергают их к оскорбительному тотальному контролю, пытаются полностью изолировать отсверстников, друзей, стремятся абсолютно контролировать свободное время ребенка, круг его интересов, занятий общение. Дети из таких семей растут  хмурыми, смотрят исподлобья, напоминают затравленного зверька, никого  не  любят, ни  к  кому не  испытывают привязанности,озлоблены.

**Жестко-авторитарный стиль** присущ родителям, злоупотребляющим физическими наказаниями. К такому  стилю  отношений   больше  склонен отец, стремящийся по всякому поводу жестоко избить ребенка считающий, что существует лишь один эффективный воспитательный прием - физическая расправа. Дети обычно в подобных случаях растут агрессивными, жестокими, стремятся обижать слабых, маленьких, беззащитных. Представители органов профилактики должны стать на защиту детей от жестокости родителей, применяя при этом все доступные средства  воздействия -  от   убеждения до  административно - уголовного принуждения, защищенного ребенка от жестокости.

**Увещевательный стиль.**

Родители проявляют по отношению к своим детям полную беспомощность, предпочитают увещевать, бесконечно уговаривать, объяснять, не применять никаких волевых воздействий и наказаний. Дети в таких семьях, что называется, “садятся на голову”.

**Отстраненно-равнодушный стиль** возникает в семьях, где родители, в частности мать, поглощена устройством своей личной жизни. Выйдя вторично замуж, мать не находит времени, ни душевныхсил для своих детей от первого брака, равнодушна как к самим детям так и к их поступкам. Дети предоставлены самим себе, чувствуют себя лишними, стремятся меньше бывать дома, с болью воспринимают равнодушно-отстраненное отношение матери. Такие дети с благодарностью воспринимают заинтересованное, доброжелательное отношение со стороны старшего, способны привязаться к шефу, воспитателю, относятся к ним с большой теплотой, доверием, что помогает в воспитательной работе.

**Непоследовательный стиль**, когда у родителей, особенно у матери, не хватает выдержки, самообладания дляосуществления последовательной воспитательной тактики  в   семье. Возникают  резкие эмоциональные перепады в отношениях с детьми от наказания, слез, ругани доумилительно-ласкательных проявлений, что приводит к потере родительского влияния на детей. Подросток становится неуправляемым, непредсказуемым, пренебрегающим мнением старших, родителей.

Перечисленными примерами далеко не исчерпываются типичные  ошибки семейного воспитания. Для внимательного взгляда педагога, психолога эти ошибки не  представляют   трудности в  различении.  Однако исправить  их гораздо  труднее,  чем   обнаружить, поскольку педагогические просчеты семейного воспитания чаще всего имеют затяжной хронический характер. Особенно труднопоправимы и тяжелы по своим последствиям холодные, отчужденные, а порою и враждебные отношения  родителей и детей, утратившие свою теплоту и взаимоотношение.

 К человеческим отношениям, в том числе и к семейным, так же, как и к чувствам их окрашивающим, требуется постоянное внимание и немалый “труд души” для их своевременного восстановления, иначе однажды закрывшаяся неприязнь, враждебность, конфликтность разъединят теплоту родственных отношений, становится необратимыми и создают в доме невыносимую для ребенка атмосферу.

Как известно,эмоциональным центром семьи, задающим тон в семейных отношениях, является чащевсего мать, женщина. Характер отношений матери и ребенка с первых дней и месяцев его жизни существенным образом определяет характер и судьбу уже взрослых детей.

Особенно опасны авторитарность, жесткость, чрезмерное доминирование матери, которое в настоящее  время  нередко   проявляется  у  многих женщин. Такого рода жесткое авторитарное поведение депривирует психическое развитие детей и чревато разными неприятностями. В том случае, если у ребенка слабый тип нервной системы, это может привести к нервно-психическим заболеваниям. В случае же, когда у ребенка сильный тип нервной системы, доминантность, жесткость матери приводит к тяжким невосполнимым дефектам эмоциональной сферы, к эмоциональной невосприимчивости детей, отсутствию эмпатии, агрессивности, что может привести к жестоким тяжким преступлениям.

Из выше изложенного можно выделить следующие причины неэффективного родительского воспитания:

- педагогическая и психологическая неграмотность родителей;

- ригидные стереотипы воспитания;

- личные проблемы и особенности родителей, вносимые в общение с ребенком;

- влияние особенностей общения в семье на отношении родителя с ребенком.[5]

Педагогическая несостоятельность семьи должна предупреждаться задолго до того, как ребенок попадает в поле зрения органов профилактики. В этом отношении своевременнымпрофилактическим средством можно считать тот психолого-педагогический ликбез, который проводится для родителей.

Основными направлениями работы школы с родителями обучающихся должны быть:

* Ознакомление родителей с содержанием и методикой учебно - воспитательного процесса.
* Психолого-педагогическое просвещение родителей (школьные лектории, родительские лектории по микрогруппам, читательские конференции, общешкольные и классные родительские собрания с тематическими беседами специалистов, индивидуальные консультации).
* Вовлечение родителей в совместную с детьми деятельность.
* Коррекция воспитаниявсемье отдельных обучающихся.
* Организация групповой работы с родителями.

Нужно помнить, что только всемье ребенок получает первые образцы отношения взрослых к окружающим людям и к самомусебе. Подражая взрослым, ребенок овладевает языком эмоциональной экспрессии, учится понимать эмоциональные состояния близких ему людей, получает первые представления о нормах и правилах поведения, об отношениях людей друг к другу, о человеческих ценностях. Атмосфера взаимопонимания в семье, педагогические знания родителей положительно влияют на развитие социальных и нравственных качеств ребенка. Именно в семье начинают формироваться те качества, чувства, привычки и навыки общественного поведения, от которых зависит, каким станет человек.

**Литература.**

1. И.В. Плющ, Г.С. Чеснокова, Н.О. Герьянская Школа и родители вместе.- Новосибирск 2006.

2. С.Е. Карклина Проблемы семейного воспитания. – М., 1983.

3. В.М. Миниярова Диагностика и коррекция характерологических свойств личности. - “ Федорово” 1997.

4.Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

5.М.И. Рожкова Воспитание трудного ребенка.- Владос 2006.

6.Т.Л. Шишова Как правильно наказать ребенка? “Лоза” М-2006.

[1] См.: Умом и сердцем. – М., 1989. – С. 77 – 81

[2]См.:Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России

[3]СМ.:Т.Л. Шишова Как правильно наказать ребенка? “Лоза” М-2006.

[4] См.: И.В. Плющ, Г.С. Чеснокова, Н.О. Герьянская Школа и родители вместе. Новосибирск 2006.

[5]См.: И.В. Плющ, Г.С. Чеснокова, Н.О. Герьянская Школа и родители вместе. Новосибирск 2006.

**Влияние традиций на гармонизацию детско-родительских отношений в воспитании детей**

Cемья и детский сад на определенном этапе составляют для ребенка основную воспитательно-образовательную микросреду – образовательное пространство. И семья, и дошкольное учреждение по-своему передают ребенку социальный опыт. Но только в сочетании друг с другом они создают оптимальные условия для вхождения маленького человека в большой мир. Путь к диалогу этих двух социальных институтов осложнен тем, что произошла разбалансированность процессов воспитания в семье и ДОУ. Нестабильность общества, социальная напряженность, экономическое давление передвинули воспитательные функции семьи на второе и третье места, а в ДОУ воспитание всегда стоит на первом месте.

Эту ситуацию можно разрешить за счет включения семьи в образовательное пространство ДОУ, для чего организуются мероприятия, основной задачей которых является улучшение детско-родительских отношений. Эти мероприятия прочно вошли в традиции нашего детского сада и направлены:

* на формирование партнерских отношений на основе обмена информацией с родителями;
* на создание в ДОУ атмосферы общности интересов в детско-родительских отношений;
* на повышение социально-психологической культуры педагогов и родителей;
* на повышение статуса ребенка в глазах родителей.

Активное участие семьи в разнообразных формах  работы с родителями, по мнению заведующей ДОУ Сисякиной И.В., свидетельствует не только об улучшении детско-родительских отношений, но и являются уникальным средством воспитания детей в добрых традициях.

С целью улучшения детско-родительских отношений на протяжении десяти лет в нашем детском саду проводится ***игротерапия по сценариям русской народной сказки «Гуси-лебеди» по методике Г.И. Репринцевой,***(проводится педагогом – психологом Войновой Н.Г.),  которая стала любимым занятием для старших дошкольников и родителей. Наблюдения и психодиагностика детей старшего дошкольного возраста в начале года показывают, что у старших дошкольников наблюдается повышенный уровень тревожности, нарушение в сфере общения среди сверстников, низкая самооценка, низкий социометрический статус, неуверенность, замкнутость, различного рода фобии. «Игровой аттракцион – оригинальный способ психотерапии детей 5-9 лет. Вся атмосфера групповых встреч погружает детей в самый понятный каждому из них мир сказок, игры, игрушек, наполненный загадками, сюрпризами, элементами новизны». [ 1 ]  Уже после первой встречи дети ждут и с нетерпением спрашивают: «А когда мы еще пойдем на сказку?» Выпускники, уже школьники при встрече с психологом вспоминают  счастливые дни жизни этой сказки.



История одного мальчика 5,6 лет подтверждает значимость игрового аттракциона в развитии и коррекции его эмоционального мира. Роман на первых встречах был угрюмым мальчиком, отказывался отвечать, играть, негативно относился к маме, выражал недовольство, когда она говорила что-то по содержанию игры или участвовала в игре. Но на следующий день просил маму пойти на сказку.  У мальчика был высокий уровень тревожности – 100%, имел социометрический статус «изолированного» ребенка в группе, на занятиях в детском саду не отвечал, утром во время приема наблюдались конфликтные отношения с мамой. На втором занятии тест-сказка «Страх» позволил выявить у Ромы страх темноты. А уже на третьем занятии, когда дети преодолевали препятствия, Роме понравилось проходить через темный туннель. Мама Ромы вначале сердилась на сына, одергивала его за такое отношение к игре, потом после тренинга для родителей стала лучше понимать своего ребенка, по-другому воспринимать и ощущать неудачи и радости, училась сотрудничать с ним. Встреча за встречей, участие мамы в играх, доброжелательная атмосфера в группе позволяли меняться настроению Ромы. К концу встречи лицо мальчика сияло от удовольствия успеха, принятия, поддержки. Что подтвердилось результатами диагностики: уровень тревожности у Ромы снизился до 64%, в группе имеет 3 выбора, из них 2 взаимовыбора, наладились отношения с мамой.

Каждый ребенок, который входит в группу игрового аттракциона – особая история. Но только при поддержке родителей у детей наблюдается улучшение психического и эмоционального  самочувствия: снижается тревожность, повышается самооценка, социометрический статус ребенка; развиваются эмпатия в общении, произвольность поведения и способы эмоционально-художественного самовыражения. В процессе игротерапии происходит гармонизация детско-родительских отношений, которые имеют для психического здоровья детей первостепенное значение и играют огромную роль в воспитательном процессе.

Многие родители не знают эмоциональных потребностей своих детей и не обладают необходимыми навыками для эффективного взаимодействия с детьми на эмоциональном уровне. Игротерапия по сценариям русских народных сказок  способствует развитию позитивных детско-родительских отношений.



В процессе занятий родители становятся более сензитивными к своим детям и научаются к ним относиться безоценочно, с пониманием.

Дети и родители, взаимодействуя в группе,  помогают друг другу в решении проблем. Родители, играя с ребенком, находятся на территории его интересов. Подчинение и взрослых и детей единым правилам игры дают возможность ребенку почувствовать свою значимость, а родителю – сойти с позиции всегда правильного и недосягаемого, побыть в роли ребенка. Ребенок начинает воспринимать родителей по-новому, как союзников, потому что играющий с ним родитель все время старается понять его чувства, поступки. Он получает от родителей поддержку, учится правильно оценивать свои возможности, что способствует формированию адекватной самооценки. В конце игротерапии родители высказывали свое отношение  к  игровому аттракциону: «Это праздник для души. Лучше стали понимать своего ребенка. Наш сын в рисунках стал использовать яркие краски».

***В клубе «Молодая семья»*** организована система работы для молодых родителей: происходит обучение педагогическим приемам и методам воспитания детей раннего возраста, не посещающих детский сад, консультации по вопросам адаптации, воспитания и развития ребенка. В дошкольном учреждении разработана программа «Счастливая семья» по улучшению детско-родительских отношений, где объединены все направления развития ребенка с непосредственным участием родителей. Для ребенка и родителей проводятся практические занятия в игровой форме, включая игры с песком, водой, сенсорным материалом; занятия по развитию движений ребенка; эмоциональной отзывчивости на музыку; по развитию активного и пассивного словаря ребенка; предпосылок к изобразительной деятельности. Результатом такой работы является безболезненная адаптация детей в первой младшей группе: 12 детей с легкой адаптацией, 3 детей со средней тяжестью адаптации; осознанное отношение родителей к личностному развитию своих детей. Сегодня в клуб «Молодая семья» приходят мамы и папы, которые посещали первые занятия со своим первым ребенком, но уже со вторыми и третьими своими детьми. Так возрос авторитет работы клуба «Молодая семья» в нашем детском саду.

Во все времена считалось, что здоровье детей является показателем состояния физического и нравственного здоровья общества в целом. В последние годы уровень заболеваемости детского населения в Мурманской области продолжает превышать средне российские показатели в 1,5 раза.

Эмоциональные расстройства в период полярной ночи выражаются в форме повышенной раздражительности, обидчивости, сменяющихся агрессивностью и конфликтностью, что связано с изменениями в нейрогуморальной системе организма. В условиях Кольского региона наблюдается сезонная неравномерность поступления ультрафиолетовой энергии в солнечном спектре. Установлено, что проживание в течение одного года за Полярным кругом приводит, в результате недостатка активных биологических лучей Солнца, к падению иммунобиологической активности человека на 30% .   Дети, механизмы защиты и адаптации которых несовершенны, в первую очередь попадают под влияние антропоэкологического процесса, что выражается в значительном снижении уровня здоровья детского населения, проживающего на Севере. У детей-северян определяется сниженная толерантность к физической нагрузке в период полярной ночи и полярного дня.

Пропагандой здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья детей занимается воспитатель по физической культуре Швецова Е.В., организуя ***семейный клуб «Крепыш»***.  Здесь взрослый – партнер, участник детской деятельности. Повышается уровень компетентности родителей в вопросах рациональности и дозировки  физической нагрузки у детей, растет авторитет взрослого. Во время занятий в клубе «Крепыш» родители видят физическую подготовленность своего ребенка на фоне других детей и получают объективную информацию о двигательных умениях своего ребенка. Родители проявляют заинтересованность и активность, если у ребенка выявляется слабая реакция в играх-соревнованиях или неловкость при выполнении упражнений, просят конкретных рекомендаций, чтобы помочь своему ребенку в преодолении трудностей. Благодаря совместным занятиям с родителями дети намного легче осваивают основные движения, начинают владеть своим телом, у них снимается скованность и напряжение, улучшается координация движений.



***Спортивные праздники вместе всей семьей*** имеют огромное значение для укрепления здоровья детей и развития их физической подготовки, для воспитания чувств патриотизма. Спортивные праздники: « Папа, мама, я – спортивная семья»,  «СТО затей для друзей», «Зима для ловких, смелых, быстрых»  способствуют объединению и сплочению детей и родителей. У них проявляется спортивный характер, радость, умение «поболеть» друг за друга. Сколько радости вызывает у взрослых и детей совместные игры-соревнования! За счёт создания условий соревнования повышается эмоциональная значимость результата. Удачное сочетание интенсивности физической нагрузки, участие  детей и родителей в процессе выполнения и доступность правил игры позволяют не только увеличить резервные возможности организма, но и снять психоэмоциональное напряжение в условиях полярной ночи.

Каждый сезон года старшие дошкольники вместе с родителями ходят в ***походы***, благодаря которым не только улучшаются детско-родительские отношения, но и у детей развивается двигательная активность и выносливость, они приобщаются к удивительному миру природы, а главное - воспитывается бережное отношение к ней. Родители вместе с детьми закрепляют правила поведения в лесу. А папы с любовью готовили детям горячие сосиски на костре. Те дети, которые в домашних условиях отказывались что-либо есть, в походе кушали  с аппетитом.

Семья для малыша – это мир, в котором закладываются основы морали, отношения к людям. Отец и мать, а также другие члены семьи – дедушка и бабушка, старшие братья и сестры – формируют личность ребенка с раннего возраста. Членов семьи объединяет родство, любовь, общие интересы, ответственность родителей за воспитание детей. Тесное общение бабушек и дедушек со своими внуками, их доброта и справедливость, терпение и жизненный опыт делают жизнь малышей радостной и содержательной. К сожалению, современный ритм и образ жизни родителей, суета и спешка, теснота или, наоборот, излишняя роскошь современных квартир почти исключили из жизни ребенка возможность заниматься рукоделием, изготовлением поделок, поэтому детский сад активно привлекает не только родителей, а также бабушек и дедушек к участию в различных формах жизни ДОУ. Одной из таких форм общения является ***творческая выставка семейных работ.***В совместной деятельности детей и родителей развиваются творческие способности всех членов семьи; улучшаются взаимоотношения в семье. На выставках  «Осенние фантазии», «Рукоделье наших бабушек», «Пасхальное яйцо» и других раскрываются семейные таланты. Совместное творчество детей родителей и прародителей позволяет приобщить воспитанников к семейным традициям.

*Продолжая работу по налаживанию доверительных отношений между родителями, воспитателями и детьми, с целью*поддержки положительного опыта семейного воспитания в детском саду проводятся ***конкурсы:*** «Леди и джентльмены», «Нарочно не придумаешь», «Умелые руки не знают скуки»; ***дни рождения***, ***встречи,***организованные родителями, позволяют ближе познакомиться с семейными традициями, полноценно отдохнуть;***субботники,***на которых родители вместе с детьми убирают прошлогоднюю листву, прореживают деревья, создают сооружения на участке для игры. А в начале зимы делают кормушки для птиц, из снега создают снежные горки, лабиринты, постройки. Такая совместная деятельность помогает решать вопросы взаимодействия, взаимопонимания и сотрудничества дошкольного учреждения и семьи.  Совместная деятельность положительно сказывается на социально – психологическом климате, ориентирующем на обмен опытом и сотрудничество. Через ***праздники***родители больше знакомятся с деятельностью педагогов, с жизнью детей в детском саду, наблюдают за их общением и развитием, включаются в общие дела.

Все это, как правило, способствует улучшению эмоционального и познавательного развития детей. А детский сад становится детско-взрослым сообществом, для которого характерно сотворчество, сопереживание, учет интересов, склонностей и особенностей каждого члена. Наши традиции по улучшению детско-родительских отношений создают положительно-эмоциональную атмосферу в детском саду, позволяют установить доверительные отношения между родителями и воспитателями.