**Консультация для родителей**

Подготовила Ледяева Т.А., воспитатель СП ГБОУ СОШ 1 ОЦ с.Большая Глушица дс 3 Красная Шапочка

**Почему ребенок не хочет есть**

 Плохой аппетит у детей доставляет родителям немало тревоги и огорчений. Это и понятно: отказ от еды считается одним из симптомов заболеваний.

 Много ли поступило пищи в пустой желудок или мало, сразу выделяется большое количество желудочного сока, который участвует в пищеварении. Ведь ни один взрослый, чтобы не перебить аппетита, как правило, не ест, не ест сладкого перед обедом. Так почему же мы забываем об этом правиле по отношению к детям: в промежутках между едой даем им конфеты, печенье, чашечку молока. Конечно, потом дети не хотят обедать.

 Эвакуация пищи из желудка зависит не от ее количества, а от качества. На этом основании разработан режим кормления детей разных возрастов. Но не все родители придерживаются его и кормят ребенка чаще, чем советуют врачи. В результате желудок всегда переполнен, малыш не знает чувства голода и поэтому ест без удовольствия.

 Чем питательнее пища, тем в меньшем количестве ее надо употреблять. Однако некоторые матери всегда заставляют детей съедать одну и ту же порцию пищи. Это приводит к тому, что ребенок переедает, у него появляется отвращение к определенной еде. Бывает дело доходит до рвоты.

 Но случается и такое, что дети плохо едят в семьях, где строго выдерживается режим питания. Это происходит из-за неправильного и неумелого подхода к детям. Мать предлагает поесть ему определенные блюда, а ребенок начинает вредничать, капризничать. Тогда мама приходит в отчаяние. Почему же в детском саду он ест нормально, а дома не хочет? В детском саду дети едят в определенные часы разнообразную пищу, садятся за стол все вместе, и пример других способствует лучшему аппетиту.

 Дома же мама излишне опекает ребенка. Не нужно спрашивать, чего он хочет или не хочет, надо приучать ребенка к порядку, пусть садится за стол вместе со всеми и ест то, что ему дают. Если не хочет -не заставляйте его, пусть пойдет погуляет, поиграет, подумает. Когда он сам почувствует голод и решит пообедать -съест все до капельки.

 Когда ребенок здоров, много бывает на воздухе и в семье установлен правильный режим питания, он, как правило, ест хорошо и с аппетитом.

Авторская статья Самая лучшая игушка для деей--кучка песка!

Воспитатель Ледяева Т.А., воспитатель СП ГБОУ СОШ 1 ОЦ с.Большя Глушица дс3 Красная Шапочка

 Сегодня мы живем в очень непростом мире.Жизнь ставит нас в сложные ситуации, требующие адекватнх решений.

 В настоящее ремя закономерностью является то, что под возействием ряда факторов (окружающая среда, общение чо взрослыми и сверстниками, СМИ)у детей могут возникать негативные эмоциональные переживания:тревожность, выражающаяся в конфликтах и агессии, неуверенность, определяющаяся замкнутостью и депрессивностью.

 Под влиянием телевидения и социума дети перенимают способы поведения и грубое выражение чувств посредством подражания.

 Негативные способы поведения ети переносят в игру. А ведь вся жизнь-игра! Игра самоценна. Она вызывает положительные эмоции, дарит радость.

 Есть ли такая летская игра, которая смоет гармонизировать картину мира, поставить заслон на пути жестокости, избавит от внутренних конфликтов и страхов, раскроет понятия добра и зла? Да, есть такая игра! К.Д.Ушинский писал: "Самая лучшая игршка для детей - кучка песка!" Ею забавлялись все поколения рода человеческого, потому что нет на свете ничего проще и доступнее, удобнее и многообразнее, живее и объемнее, чем песочная игра.

 Главное достоинство песочницы в том, что она позволяет ребенку или целой группе детей реално создавать картину мира, дает возможность строить свой личный мир, ощущая себя его творцом.

 Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице: в песочнице малыши начинают дружить со сверстникми, там происходят первые драки из-за совочков и ведерок, тамнепоседа чувствует себя спокойно и комфортно.

 ССтранный эффект песочницы пока до конца не объяснен. Но вжно дать ребенку возможеость пересыпать этот терапевтический стройматериал(успокаивает и расслабляет), лепить из него всевозможные фигуры, здания, города (побуждает фантазию, развивает мелкую моторику рук), отыскивать зарыые сокровища (создает заинтересованность) и просто сочинять сказки и рисовать их ( творческий выход существующей проблемы, развивает речь) .

 Песок привлекает маленьких "строителей" своей необычной структурой и новыми ощущениями, которые они испытывают при касании песка.

 Песок нередко действует на детей как магнит. Прежде чем они успевают осознать,осознать, что делают,их руки сами начинают просеивать песок, строить замки и т.д. А если к этому добавить миниатюрные игушки, то появляется целый мир, разыгрываютс драмы, и ребенок полностью погружаетсЯ в игру.

 Сам принцип терапии песком был предложен еще К.Г.Юнгом, психотерапевтомю основателем аналитической псизотерапии. Песок обадает свойством пропускать воду.

П