Павлодар облысының білім беру басқармасы, Павлодар қаласы білім беру бөлімінің

«Павлодар қаласының №121 сәбилер бақшасы» коммуналдык мемлекеттік казыналық кәсіпорны

Коммунальное государственное казенное предприятие «Ясли – сад №121» отдела образования города Павлодара, управления образования Павлодарской области

**Консультация**

**«Здоровый ребёнок – счастливая семья»**

Воспитатель: Прокопенко О.В.

2021 -2022 уч. год

Семья – первая и самая важная ступень в формировании личности человека. Ничто не может сравниться по силе влияния на развитие и здоровье детей с огромной ролью семьи. Семейное воспитание глубоко индивидуально и безгранично. Оно затрагивает самые сокровенные стороны жизни детей, которые не могут быть затронуты общественным воспитанием. Эмоциональный мир, формирующийся в семье, становится фундаментом сферы социальных чувств личности. Воспитание ребенка не требует каких-то особых мероприятий. Малыш, точно губка, впитывает духовно-нравственную атмосферу семьи, выстраивает модель «взрослых» отношений, наблюдая образ жизни родителей. Поэтому, для гармоничного развития ребенка обязательно нужно личное счастье мам и пап, нужна гармоничная семья.

        В счастливой семье намного чаще дети растут здоровыми. С этим утверждением не поспоришь. Существует четкая связь, которую видят и её можно проверить, между состоянием счастья и гармонии в семье и здоровьем ребенка. Мудрая пословица «В здоровом теле – здоровый дух» может читаться и в обратном порядке, подразумевая сильнейшую взаимосвязь тела и души

        Счастье семьи чаще всего проявляется в отношениях в этой семье. Всем хорошо, уютно, тепло и интересно, любые трудности решаются сообща, благожелательность звучит в словах и видна в делах. О такой семье смело можно говорить — они счастливы. Здесь мирные и гармоничные отношения между супругами, детьми, родственниками, друзьями и коллегами. Ведь это 5 главных областей наших эмоциональных связей, которые являются очень значимыми для человека и больше всего влияют на наше самочувствие.

        Учитывая факторы, влияющие на здоровье ребенка, можно сказать одно. «Да конечно исправить наследственность (то что уже дано природой, улучшить экологию отдельно взятая семья не в силах. Но уменьшить, или же совсем удалить из жизни ребенка, стрессы из вне, улучшить внутрисемейные отношения каждому родителю под силу. Задача родителей – сделать жизнь ребенка максимально комфортной с учетом всех психологических особенностей. Помните: поведение и здоровье малыша зависит от его реакции на семейные отношения. Возникает напряженная обстановка дома, проблемы на работе, которые вы несете домой, и почему-то ваше чадо жалуется на различные боли, а то и вовсе заболевает. Что это? Это психосоматические явления. Или говоря простым бытовым языком перенос душевного состояния в физическое, когда наше эмоциональное состояние вызывает нарушения функционирования различных органов нашего тела, ослабевая его защитные функции.

            Малыши учатся жить, изучая и отражая наши отношения в том числе. Многие психологические проблемы и болезни взрослых – это наследство с младенческих времен. Пока ребенок настолько мал, что не в силах физически повлиять на ситуацию, он может лишь косвенным образом заявить о своем мнении.

          Как заставить любимую маму чаще быть рядом, привлечь ее внимание? Самый действенный и доступный способ – это плач. Если плач не помогает и обстоятельства, по мнению малыша, усугубляются, он идет на крайние меры… заболевает. Цель достигнута. Мама рядом, такая ласковая и заботливая. По первому требованию берет на руки, все время делает какие-то процедуры – осуществляется такой желанный для малыша тактильный контакт. Из-за тревоги о здоровье ребенка мама от него не отходит, а он купается, наконец, в ее внимании.

        Не стоит, конечно, кидаться в крайности и каждый случай простуды вменять себе как наказание за невнимательность к своему ребенку. Если сын наелся на прогулке вкусного снега, то это, безусловно, не от горя, а от любознательности.

       Надо постараться ответить не на вопрос «чем болеет мой ребенок? », а на вопрос «почему он болеет? ». Все ли в порядке с психологическим климатом в семье? Фразой «все болезни от нервов» уже никого не удивишь. Так почему же не уделить внимание стрессу самого беззащитного члена семьи? Конечно, проще накормить ребенка пилюлями, чем задуматься о том, что может его беспокоить, но это далеко не лучшее решение проблемы. Идеальных семей, где каждый день все гладко и тихо, не бывает в природе. Усталость от работы, быстрого жизненного ритма, нервы на пределе, претензии супругов друг к другу растут и копятся. Все это приводит к семейным конфликтам. Когда в семье возникают конфликтные ситуации, которые сопровождаются затяжными обидами обоих супругов, это негативно сказывается на здоровье малыша. Настроение его подавленное, ухудшается сон и аппетит, а как следствие этого ослабление организма и болезнь. Даже если по отношению к ребенку нет никаких негативных эмоций, малыш по мимике, по интонации понимает, что не все в порядке в его королевстве. Чтобы улучшить психологический климат в семье, попробуйте следовать некоторым правилам, список которых каждая пара может дополнить по своему усмотрению.

• Обстоятельство времени, или своевременность «опасного» разговора. Если уж накипело и хочется высказаться по многим вопросам, подождите, пока малыш уснет. Эта передышка позволит вам немного остыть и более трезво взглянуть на ситуацию. Обсуждайте только то, что действительно требует немедленного решения. В какую школу пойдет ребенок, можно будет решить немного позже. Не перегружайте друг друга проблемами, которые не требуют срочного вмешательства.

• Обстоятельство места, или «спорьте на кухне». Соблюдайте простое правило – никаких криков над кроваткой. И уж, конечно, не стоит вырывать дитя из рук друг у друга, когда в очередной раз решите «расстаться навсегда». Оградите кроху от неприятных и, главное, непонятных для него зрелищ и звуков.

• Секретность переговоров, или «успокойтесь перед общением с ребенком». Безусловно, ребенок чувствует стресс родителей. Некоторые врачи даже утверждают, что с молоком ребенку поступает информацию о душевном состоянии матери. Если маме плохо, ребенку тревожно. Но можно максимально снизить вредное влияние на малыша. Несколько глубоких вдохов, улыбка своему отражению в зеркале, и вперед – в детскую.

         Как справится со стрессом? Что надо изменить? Как вернуть здоровье и хорошее самочувствие? Очень многие прибегают к помощи кофе, сигарет, алкоголя или начинают принимать различные лекарства. И хорошо, если по назначению врача. А ведь кто-то просто занимается самолечением, нанося еще больший вред своему и так уже пошатнувшемуся здоровью. А справиться с этим неприятным состоянием в принципе не так уж и сложно, если следовать некоторым, в общем-то, достаточно простым советам. Вот они.

Совет 1. Релакс и успокоение.

Посвятить себе любимой хотя бы один час, чтобы сходить погулять, почитать интересную книгу, посмотреть журналы, взять в руки спицы, посмотреть любимый фильм, послушать музыку. А может быть даже просто спокойно посидеть с закрытыми глазами в своем любимом уютном кресле.

Чтобы снять стресс, необходимо сделать несколько глубоких вдохов. Затем подышать несколько минут ровно и спокойно. Контрастный душ хорошо восстанавливает кровообращение, регулирует работу нервной системы, выводит токсины из тела и помогает эффективно снять усталость и стресс. Однако, разумеется, нельзя принимать такой душ во время обострения каких-либо заболеваний. Не менее полезно также принять теплую ванну с различными травами или экстрактами

Совет 2. Арт-терапия

Можно что-то порисовать, или слепить из пластилина, ну или вообще сделать что-то своими руками. При этом мы полностью отключаемся от жизненной суеты и забываем о имеющихся проблемах. При этом абсолютно все равно, умеете ли вы рисовать или нет. Здесь, самое главное, выразить на белом листе бумаги свои чувства и настроение.

Совет 3. Не накапливать стресс внутри себя

Стараться проговаривать проблемы, главное - ни в коем случае не замыкаться в себе. Полезно пообщаться с подругой, мамой, коллегой или соседкой. А при необходимости имеет смысл даже обратиться и к психологу. Так вполне можно освободиться от накопившегося негатива и получить при этом прекрасную возможность взглянуть на происходящее со стороны.

Совет 4. Физическая нагрузка

Плавание, ходьба, езда на велосипеде, легкий бег как нельзя лучше подходят для снятия стресса. Достаточно 1-2 раза в неделю посещать бассейн, и если нет возможности бегать по утрам, то хотя бы стараться ходить на работу пешком. Также можно при сильном, длительном стрессе переходящем в депрессию использовать специальные комплексы упражнений, направленных на снятие напряжения и укрепления здоровья

Совет 5. Положительные эмоции

          И последний совет, который может показаться несерьезным, но, тем не менее, эффективно поможет снять любой стресс, это – посетить зоопарк или сходить в цирк. Положительные эмоции в этом случае Вам гарантированы. Наблюдение за животными позволяет полностью отвлечься от назойливых мыслей и как нельзя лучше подходит для снятия стресса.  Конечно, создавая эмоционально комфортные условия нахождения и развития ребенка в семье мы можем улучшить здоровье ребенка, но также очень важна крепкая эмоциональная связь ребенка со своей мамой. Каждая мама способна помочь ребенку справиться даже с тяжелой болезнью. Она может дать ребенку установку на счастье - и он станет счастливым и здоровым человеком.

     Но как передать малышу свою любовь? Специалисты считают: прежде всего взглядом и прикосновениями. Как можно чаще с любовью смотрите в глаза ребенка, поглаживайте, прижимайте, подкидывайте, шутливо с ним возитесь.

    И еще огромное значение для ребенка - имеет мамин голос. Если мама предъявляет к ребенку много претензий, распекает, что он не такой, как хотелось бы, ребенку как бы задается программа неудач и болезней. И наоборот: если этот голос постоянно одобряет, поддерживает, дает установку на счастье, здоровье, то все его процессы приходят в норму. Именно на этом механизме построена методика известного детского психиатра профессора Бориса Зиновьевича Драпкина «Мама-терапия»

Фразы, которые надо произносить, - не случайные. Каждое слово - продуманное и проверенное. Базовая часть внушения, состоящая из 4 блоков, полезна любому ребенку, даже самому здоровому и счастливому.

1-й блок - "витамин материнской любви": с помощью этих слов мама изливает свою любовь на ребенка.

"Я тебя очень-очень сильно люблю. Ты самое дорогое и родное, что у меня есть. Ты моя родная частичка, родная кровинушка. Я без тебя не могу жить. Я и папа тебя очень сильно любим".

2-й блок - установка на физическое здоровье. При легких недомоганиях одна эта "мама-терапия" может излечить без всяких лекарств.

"Ты сильный, здоровый, красивый ребенок, мой мальчик (девочка). Ты хорошо кушаешь и поэтому быстро растешь и развиваешься. У тебя крепкие, здоровые сердечко, грудка, животик. Ты легко и красиво двигаешься. Ты закаленный, редко и мало болеешь".

3-й блок - установка на нервно-психическое здоровье, нормальное психическое развитие.

"Ты спокойный мальчик (девочка). У тебя хорошие крепкие нервы. Ты терпеливый, ты добрый, ты общительный. Ты умный. У тебя хорошо развивается головка. Ты все хорошо понимаешь и запоминаешь. У тебя всегда хорошее настроение, и ты любишь улыбаться. Ты хорошо спишь. Ты легко и быстро засыпаешь, ты видишь только хорошие добрые сны. Ты хорошо отдыхаешь, когда спишь. У тебя хорошо и быстро развивается речь".

4-й блок отражает народную мудрость. Издревле мама брала больного ребенка, прижимала к себе и своей внутренней силой очищала его от недуга: "Отдай мне свою болезнь! "

       "Я забираю и выбрасываю твою болезнь и твои трудности. (Далее мама называет конкретные проблемы ребенка.) Я забираю и выбрасываю твой плохой сон (если ребенок плохо спит). Я забираю и выбрасываю твои страшные сны. Я забираю и выбрасываю твою плаксивость. Я забираю и выбрасываю твою нелюбовь к еде. (И заключительная фраза на мажоре.) Я тебя очень-очень сильно люблю".

         Лучше всего заниматься новой методикой, когда ребенок спит. Он прекрасно запомнит, что мама говорила ночью. Итак, через 20-30 минут после того как малыш заснул, садитесь к его кровати и проговаривайте каждую фразу. В конце можно использовать легкое прикосновение к малышу или поцелуй. Делайте это каждый день: время - зависит от состояния ребенка. Ни высокая температура, ни другие проявления болезни противопоказаниями не являются. А вот если сама мама не в форме - заболела, взвинчена, - сеанс лучше отменить. Даже оградив ребенка от эмоционального дискомфорта мы не в силах изменить все вредно влияющие факторы. Дети могут болеть. Как же облегчить их страдания, ускорить выздоровления. Можно использовать Мама-терапию. Кроме использование данной терапии, можно использовать лечение игрой. Это не только поднимет жизненный тонус больного ослабленного ребенка, но и поможет вам эмоционально сблизиться с ним. Часто дети бывают не настолько здоровы, чтобы выйти на улицу и поиграть, и не настолько больны, чтобы оставаться в постели. В таком состоянии ребенок чувствует себя плохо не только потому, что болен, но и потому, что ему скучно. Постоянное сидение перед телевизором утомляет его, и он начинает хандрить. Плохое настроение может распространяться на других членов семьи быстрее, чем инфекция.

        Есть много способов заставить работать мысли и воображение больного ребенка. Не позволяйте ему становиться пассивным и безучастным, если он может занять и развлечь себя. (Конечно, если ребенок болен серьезно, ему необходим покой и сон.) Полезный совет: если вашему ребенку захочется что-нибудь мастерить лежа в постели, дайте ему широкий поднос или крышку от большой коробки и еще подложите под них старое полотенце или простыню, чтобы не запачкать постель. Кроме игр в которые вы всегда играете дома существуют специализированные игры которые направленны на оздоровление детей при каком-то конкретном заболевании. В результате использования лечебных игр мы не только лечим детей, но и способствуем всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию, формированию необходимых навыков, координации движений, ловкости и меткости. Игры, проведенные на свежем воздухе, закаливают организм, укрепляют иммунитет. Во время игры часто возникают неожиданные, смешные ситуации. Это вызывает искреннюю радость и у детей, и у родителей. Непринужденная веселая атмосфера не дает ребенку "уйти" в болезнь, позволяет родителям проявить к нему больше внимания и увеличивает совместное общение с детьми в атмосфере любви и заботы. Это является мощнейшим терапевтическим фактором.

Я верю. Что при большом желании и труде в каждой семье можно создать обстановку, в которой дети будут здоровыми, даже если ваша семья неполная.

Павлодар облысының білім беру басқармасы, Павлодар қаласы білім беру бөлімінің

«Павлодар қаласының №121 сәбилер бақшасы» коммуналдык мемлекеттік казыналық кәсіпорны

Коммунальное государственное казенное предприятие «Ясли – сад №121» отдела образования города Павлодара, управления образования Павлодарской области

**Консультация**

**«Подготовка детей к школе»**

Воспитатель: Монзикова Н. А.

2021 -2022 уч. год

**Уважаемые родители!**

               Совсем скоро ваш ребенок переступит порог школы.

В ваших силах создать в семье именно такую обстановку, которая не только подготовит ребенка к успешной учебе, но и позволит ему занять достойное место среди одноклассников, чувствовать себя в школе комфортно.

**1. Чаще делитесь с ребенком воспоминаниями о счастливых мгновениях своего прошлого**

Начало школьной жизни — большое испытание для маленького человека.   
Этот момент легче переживается детьми, у которых заранее сложилось теплое отношение к школе.  Такое отношение складывается из соприкосновений с прошлым опытом близких людей. Перелистайте вместе с ребенком семейный фотоархив. Это занятие исключительно полезно для всех членов семьи. Возвращение к лучшим мгновениям прошлого делает человека сильней и уверенней в себе. Ваши добрые воспоминания о школьных годах, смешные истории из школьной жизни и рассказы о друзьях детства наполнят душу ребенка радостным ожиданием.

**2. Помогите ребенку овладеть информацией, которая позволит ему не теряться**

Как правило, дети этого возраста на вопрос: «Как зовут твою маму?» — отвечают: «Мама». Удостоверьтесь, что ваш ребенок помнит свое полное имя, номер телефона, домашний адрес, имена родителей. Это поможет ему в незнакомой ситуации.

**3. Приучите ребенка содержать в порядке свои вещи**

Успехи ребенка в школе во многом зависят от того, как он умеет организовывать свое рабочее место. Вы можете сделать эту скучную процедуру более привлекательной. Заранее подготовьте в семье рабочее место ребенка: пусть у него будет свой рабочий стол, свои ручки и карандаши (карандаши придется на первых порах точить пока вам, дорогие родители). Все это как у взрослых, но — личная собственность ребенка! И ответственность за порядок тоже личная, ведь у взрослых так.

**4. Не пугайте ребенка трудностями и неудачами в школе**

Многие дети этого возраста неусидчивы. Не всем блестяще даются чтение и счет. Очень многих трудно добудиться утром и быстро собрать в детский сад.   
В этой связи вполне объяснимо стремление родителей предупредить детей о предстоящих неприятностях. **«В школу не возьмут...», «Двойки будут ставить...», «В классе засмеют...»** Последствия таких  запугиваний всегда плачевны.

**5. Не старайтесь быть для ребенка учителем.**

Стремитесь к поддержанию дружеских отношений. Некоторые дети испытывают трудности в общении с другими детьми. Они могут растеряться в присутствии незнакомых взрослых.

Вы можете помочь ребенку преодолеть эти трудности. Попытайтесь организовать игру детей на площадке возле дома и примите участие в этой игре. Детям очень нравится играть вместе с родителями. Предложите ребенку самому пригласить к себе на день рождения своих друзей. Этот день станет для него незабываемым, если в программе торжества найдется место для совместных игр детей и взрослых.   
Дайте ребенку почувствовать, что он может рассчитывать на вашу поддержку в любой ситуации. Одними учебными занятиями с ребенком этого достичь невозможно.

**6. Научите ребенка правильно реагировать на неудачи**

Ваш ребенок оказался в игре последним и демонстративно отказался играть с приятелями дальше. Помогите ему справиться с разочарованием. Предложите детям сыграть еще разок, но немного измените правила игры. Пусть победителем считается только первый, а все остальные — проигравшие. Отмечайте по ходу игры успех каждого. Приободряйте хронических неудачников надеждой. После игры обратите внимание ребенка на то, как отнеслись к проигрышу остальные игроки. Пусть он ощутит самоценность игры, а не выигрыша.

**7. Хорошие манеры ребенка — зеркало семейных отношений**

«Спасибо», «Извините», «Можно ли мне...» должны войти в речь ребенка до школы. Нравоучениями и проповедями этого достичь трудно. Постарайтесь исключить из общения между членами семьи приказы и команды: «Чтобы я больше этого не слышал!», «Вынеси мусор». Превратите их в вежливые просьбы. Ребенок непременно скопирует ваш стиль. Ведь он вас любит и стремится подражать во всем.

**8. Помогите ребенку обрести чувство уверенности в себе**

Ребенок должен чувствовать себя в любой обстановке так же естественно, как дома. Научите ребенка внимательно относиться к своим нуждам, своевременно и естественно сообщать о них взрослым. На прогулке вы зашли куда-то перекусить. Предложите ребенку самостоятельно сделать заказ для себя. В следующий раз пусть сделает заказ для всей семьи. Пусть он попробует спросить в поликлинике: «Где находится туалет?» или сам займет очередь к специалисту.

**9. Приучайте ребенка к самостоятельности в обыденной жизни**

Чем больше ребенок может делать самостоятельно, тем более взрослым он себя ощущает. Научите ребенка самостоятельно раздеваться и вешать свою одежду, застегивать пуговицы и молнии. (Помните, что маленькие пальчики могут справиться только с большими пуговицами и молниями.) Завязывание бантиков на шнурках ботинок потребует особой помощи и внимания с вашей стороны. Желательно, если это будет не накануне выхода на улицу. Лучше посвятить этому занятию несколько вечеров.

**10. Научите ребенка самостоятельно принимать решения**

Умение делать самостоятельный выбор развивает в человеке чувство самоуважения. Посоветуйтесь с ребенком о меню семейного воскресного обеда. Пусть он сам выбирает себе блюдо за праздничным столом и подбирает одежду, соответствующую погоде. Планирование семейного досуга всех членов семьи на выходные дни еще более сложное дело. Приучайте ребенка считаться с интересами семьи и учитывать их в повседневной жизни. Если ребенок помогает вам выпекать праздничный пирог, познакомьте его с основными мерами объема и массы. Продуктовые универсамы — очень подходящее место для развития внимания и активного слушания ребенка. Попросите ребенка положить в корзину: три пачки печенья, пачку масла, батон белого и буханку черного хлеба. Свою просьбу изложите сразу и больше не повторяйте.   
Ребенок помогает вам накрывать на стол. Попросите его поставить на стол четыре глубокие тарелки, возле каждой тарелки справа положить ложку. Спросите: сколько ложек тебе понадобится?

Ребенок готовится ко сну. Предложите ему вымыть руки, повесить полотенце на свой крючок, выключить свет в ванной. Проходя по улице или находясь в магазине, обращайте внимание ребенка на слова-надписи, которые окружают нас повсюду. Объясняйте их значение. Считайте деревья, шаги, проезжающие мимо машины.

**12. Учите ребенка чувствовать и удивляться, поощряйте его любознательность**

Обращайте его внимание на первые весенние цветы и краски осеннего леса.   
Сводите его в зоопарк и вместе найдите самое большое животное, потом самое высокое...

Наблюдайте за погодой и очертаниями облаков. Учите ребенка чувствовать. Открыто переживайте с ним все события повседневной жизни, и его любознательность перерастет в радость учения.

**11. Стремитесь сделать полезным каждое мгновение общения с ребенком**

Павлодар облысының білім беру басқармасы, Павлодар қаласы білім беру бөлімінің

«Павлодар қаласының №121 сәбилер бақшасы» коммуналдык мемлекеттік казыналық кәсіпорны

Коммунальное государственное казенное предприятие «Ясли – сад №121» отдела образования города Павлодара, управления образования Павлодарской области

**Консультация для родителей**

**«Занимательная логика»**

Воспитатель: Монзикова Н. А.

2021 -2022 уч. год

**Консультация для родителей**

**«Занимательная логика»**

        Логика – наука о способах доказательств и опровержений; совокупность научных теорий, рассматривающих определенные способы доказательств и опровержений. Основателем логики считается Аристотель.

        Мышление – высшая степень человеческого познания. оно позволяет получать знания о таких объектах, свойствах и отношениях реального мира, которые не могут быть непосредственно восприняты на чувственной степени познания.

Период дошкольного детства относительно всей жизни недолог, а как он насыщен познанием! Каждый день приносит ребенку что-то новое, неизведанное; становится близким и понятным ранее недоступное. Велик поток информации, который обрушивается на маленького человечка. На многие вопросы он находит ответ, идя путем проб и ошибок, постигая закономерности: в узкое отверстие нельзя втиснуть большой предмет, чтобы получилось несколько одинаковых фигурок из бумаги, необходимо сложить полоску бумаги определенное количество раз… И многое другое.

Таким образом, умственное воспитание тесно связано с сенсорным воспитанием, т.е. умением видеть слышать, осязать. Воспринимать окружающий мир, формировать чувственные познания на основе развития ощущений и восприятия – все это сенсорное воспитание, значение которого в раннем и дошкольном детстве трудно переоценить. Выдающиеся зарубежные ученые в области дошкольной педагогики (Ф. Фребель, М. Монтессори, О. Декроли), а также известные представители отечественной педагогики и психологии (Е.И. Тихеева, А.В. Заборожец, А.П. Усова, Н.П. Сакулина) справедливо считали, что сенсорное воспитание, направленное на обеспечение полноценного сенсорного развития, - одна из основных сторон дошкольного воспитания. И развитие логического мышления невозможно без усвоения ребенком сенсорных эталонов:

- основных цветов спектра: красного, оранжевого, желтого, зеленого, голубого, синего, фиолетового;

- геометрических фигур: круга, квадрата, треугольника, овала, прямоугольника;

- величин предметов по следующим признакам:

большой - маленький, толстый – тонкий, высокий – низкий, широкий – узкий.

        Работа по усвоению сенсорных эталонов – длительный и сложный процесс, который осуществляется на притяжении всего дошкольного возраста и продолжается в школе.

Ребенок должен не только видеть и слышать, но и действовать с предметами – ощупывать, производить различные движения: переставлять их влево, вправо, собирать вместе, отбирать по размеру, цвету, форме. Он стремится внести порядок в свои разрозненные знания о мире. Как отмечал К.И. Чуковский, ребенок пытается применить имеющийся у него жизненный опыт к пониманию новых для него явлений, пытаясь вывести некую закономерность.

Необходимо бережно относиться к таким высказываниям ребенка (если фигура похожа на носовой платок, это четырехугольник), не иронизировать, не смеяться: нетактичность взрослого может затормозить мыслительную активность ребенка, которая имеет поистине бесценное значение для его развития. Ученые отмечают, что, оберегая ребенка от необходимости осмысливать окружающий мир, мы наносим непоправимый ущерб: способствуем развитию интеллектуальной пассивности. Ведь зачастую многое из того, что было упущено в детстве, невосполнимо.

Взрослые часто спешат дать ребенку набор готовых знаний, суждений, которые он впитывает, как губка. Однако всегда ли это дает ожидаемый результат? Надо ли заставлять заниматься математикой. если ему это скучно? Но ведь умственное развитие осуществляется через освоение детьми представлений о количественных, пространственных, временных отношений, способах действий. И если представления не задели чувственной сферы ребенка (интерес, любопытство, чувство радости от результатов работы), включается механическое, формальное запоминание, которое имеет ограниченные возможности применения знаний. Перенос их в аналогичные ситуации производится с трудом, а в нестандартные- становится вообще невозможным.

Поэтому основные наши усилия должны быть направлены на то, чтобы воспитать у дошкольника интерес к самому процессу познания, самостоятельному поиску решений и достижению поставленной цели. Ведь и сами взрослые работают наиболее продуктивно, если занимаются интересным и любимым делом. Именно в этом случае они могут трудиться с полной отдачей и получать удовольствие от самого процесса. Поэтому и задача педагога сделать так, чтобы труд дошкольника в познании математики был интересен и доступен. Поскольку основная деятельность детей – игра, поэтому и познание математики должно иметь занимательный характер.

«Приохотить ученика к учению – гораздо более достойная задача учителя, чем приневолить его» - писал К.Д. Ушинский.

Для решения этой задачи используются различные приемы, в том числе игровые.

Занимательный математический материал служит одним из дидактических средств, способствующих развитию математических представлений детей. Дети могут, не отвлекаясь, подолгу упражняться в преобразовании фигур, перекладывая палочки или другие предметы по заданному образцу или собственному замыслу. В таких занятиях формируются важные качества личности ребенка: самостоятельность, наблюдательность, находчивость, сообразительность. усидчивость, конструктивные умения.

Многообразие занимательного математического материала дает основание для его классификации. Исходя из логики действий, осуществляемых тем, кто решает задачу, разнообразный элементарный занимательный материал можно классифицировать, выделив в нем три основные группы:

1. развлечения;

2. математические (логические) игры, задачи, упражнения;

3. дидактические игры и упражнения.

Основаниями для выделения таких групп служат характер и назначение материала того или иного вида.

К математическим развлечениям относятся головоломки, ребусы, лабиринты, игры на пространственное преобразование.

**Логические задачи.**

1. Саша ел яблоко большое и кислое. Коля — большое и сладкое. Что в яблоках одинаковое, что разное?

2. Маша и Нина рассматривали картинки. Одна в журнале, другая в книге. Где рассматривала Нина, если Маша не рассматривала в журнале?

3. Толя и Игорь рисовали. Один — дом, другой — ветку с листьями. Что рисовал Толя, если Игорь не рисовал дом?

4. Под елкой цветок не растет,

Под березой не растет грибок.

Что растет под елкой?

5. Все рыбы дышат жабрами. Щука – это рыба! Что из этого следует?

6. Некоторые мальчики любят играть в футбол. Значит ли это, что все, кто любит играть в футбол – мальчики?

*Если ребенок не справляется с решением задачи, то, возможно он еще не научился концентрировать внимание и запоминать условие, в этом случае родитель может помочь ему сделать выводы уже из условия задачи. Прочитав первое условие, взрослый должен спросить, что ребенок узнал, что понял из него, так же и после второго предложения и т.д. Вполне возможно, что к концу условия ребенок догадается, какой должен быть ответ.*

Обычные загадки, созданные народной мудростью, также способствуют развитию логического мышления ребенка:

Два конца, два кольца, а посередине гвоздик? (ножницы).

Висит груша, нельзя скушать? (лампочка).

Зимой и летом одним цветом? (ёлка).

Сидит дед, во сто шуб одет; кто его раздевает, тот слезы проливает? (лук).

**Логические игры.**

Назови одним словом

Ребенку зачитывают слова и просят назвать их одним словом. Например: лиса, заяц, медведь, волк - дикие животные; лимон, яблоко, банан, слива - фрукты.

Для детей старшего возраста можно видоизменить игру, давая обобщающее слово и предлагая им назвать конкретные предметы, относящиеся к обобщающему слову. Транспорт - ..., птицы - ...

Классификация

Ребенку дают набор картинок с изображением различных предметов. Взрослый просит рассмотреть их и разложить на группы, т.е. подходящие с подходящими.

Найди лишнее слово

Прочитайте ребенку серию слов. Предложите определить, какое слово является "лишним".

*Примеры:*

Старый, дряхлый, маленький, ветхий;

Храбрый, злой, смелый, отважный;

Яблоко, слива, огурец, груша;

Молоко, творог, сметана, хлеб;

Час, минута, лето, секунда;

Ложка, тарелка, кастрюля, сумка;

Платье, свитер, шапка, рубашка;

Мыло, метла, зубная паста, шампунь;

Береза, дуб, сосна, земляника;

Книга, телевизор, радио, магнитофон.

Чередование

Предложите ребенку нарисовать, раскрасить или нанизать бусы. Обратите внимание, что бусинки должны чередоваться в определенной последовательности. Таким образом, можно выложить забор из разноцветных палочек и т.д.

**Сравнение предметов (понятий)**

Ребенок должен представлять себе то, что он будет сравнивать. Задайте ему вопросы: "Ты видел муху? А бабочку?". После таких вопросов о каждом слове предложите их сравнить. Снова задайте вопросы: "Похожи муха и бабочка или нет? Чем они похожи? А чем отличаются друг от друга?"

Дети особенно затрудняются в нахождении сходства. Ребенок 6-7 лет должен правильно производить сравнение: выделять и черты сходства, и различия, причем по существенным признакам.

*Пары слов для сравнения: муха и бабочка; дом и избушка; стол и стул; книга и тетрадь; вода и молоко; топор и молоток; пианино и скрипка; шалость и драка; город и деревня*.

**Отгадывание небылиц**

Взрослый рассказывает о чем-то, включая в свой рассказ несколько небылиц. Ребенок должен заметить и объяснить, почему так не бывает.

*Пример: Я вот что хочу вам рассказать. Вот вчера - иду я по дороге, солнышко светит, темно, листочки синие под ногами шуршат. И вдруг из-за угла как выскочит собака, как зарычит на меня: "Ку-ка-ре-ку!" - и рога уже наставила. Я испугался и убежал. А ты бы испугался?*

*Иду я вчера по лесу. Кругом машины ездят, светофоры мигают. Вдруг вижу - гриб. На веточке растет. Среди листочков зеленых спрятался. Я подпрыгнул и сорвал его.*

*Пришел я на речку. Смотрю - сидит на берегу рыба, ногу на ногу закинула и сосиску жует. Я подошел, а она прыг в воду - и уплыла.*

    Муниципиальное  бюджетное  учреждение

            «Управление  дошкольного  образования» исполнительного  комитета

             Нижнекамского  муниципиаьного  района  Республики  Татарстан

**Консультация    для  родителей:**

**Как  отвлечь  детей  от  компьютерных  игр?**

                                                     Составила: Сиразетдинова И.И.

                                                     инструктор  по физкультуре

                                                     (**б**ассейн)

                           г.Нижнекамск

                                2015г

**Краткая инструкция для отвлечения подростков от компьютерных игр:**

1. Почему он все время у компьютера? Ответ прост: ему там хорошо. Виртуальная жизнь освобождает его от бремени ответственности за свое поведение, никто не читает нотаций, а [игры](https://www.google.com/url?q=http://mam2mam.ru/search/?tags%3D%25E8%25E3%25F0%25FB&sa=D&ust=1572240799588000) снимают стресс. Друзей тоже проще заводить в интернете, особенно, если в реальной жизни отношения со сверстниками не клеятся.

2. Не запрещайте подростку приближаться к компьютеру под угрозой наказания. Подобные меры, как правило, дают обратный эффект. Вы же не х[отит](https://www.google.com/url?q=http://mam2mam.ru/search/?tags%3D%25EE%25F2%25E8%25F2&sa=D&ust=1572240799588000)е, чтобы он пропадал неизвестно где в поисках заветного выхода в интернет.

3. Станьте другом вашего ребенка, не отмахивайтесь от его проблем. Пусть он рассказывает вам, а не виртуальным собеседникам о том, что происходит в его жизни. Возможно, в суете повседневных забот вы сильно отдалились, пока не поздно, стоит наверстать упущенное.

4. Вызовите подростка на откровенный разговор. Скажите, что волнуетесь за его [здоровье](https://www.google.com/url?q=http://mam2mam.ru/search/?tags%3D%25E7%25E4%25EE%25F0%25EE%25E2%25FC%25E5&sa=D&ust=1572240799589000), что постоянное бдение за компьютером все равно не спасает от тягот реальной жизни, как бы ему этого не хотелось. Дайте ему понять, что считаете его вполне взрослым человеком, которому никто ничего не собирается запрещать, но ведь есть столько разных способов проживать жизнь интересно.

5. Проводите больше времени вместе. Покажите ребенку, что вокруг существует огромный мир, который ждет, когда он его освоит. В выходные вытаскивайте его за город, на природу. Замечательно, если есть возможность выбраться в турпоход, сходить на концерт.

6. Подарите подростку абонемент в фитнес-клуб. Не настаивайте на том, чтобы он непременно посещал все занятия. Но все же, раз деньги уплачены, может быть, он сходит хотя бы на пробные тренировки? Не требуйте, чтобы спорт полностью вытеснил из его жизни виртуальную составляющую, объясните, что просто х[отит](https://www.google.com/url?q=http://mam2mam.ru/search/?tags%3D%25EE%25F2%25E8%25F2&sa=D&ust=1572240799590000)е видеть его здоровым и сильным.

7. Если [ребенок](https://www.google.com/url?q=http://mam2mam.ru/search/?tags%3D%25F0%25E5%25E1%25E5%25ED%25EE%25EA&sa=D&ust=1572240799590000) проводит у компьютера большую часть суток, забросил учебу, стал агрессивным и раздражительным, не реагирует на ваши замечания, обратитесь за помощью к психологу. Возможно, речь идет о серьезной зависимости, которую не снимешь уговорами. Вместе со специалистом вы преодолеете этот непростой период в жизни подростка.

Настройтесь на долгую борьбу за переключение своего ребенка от компьютера на реальную жизнь. За один день это вряд ли удастся сделать. В первую очередь вам нужно будет перебороть собственные вредные привычки, свою лень и злость, и нежелание меняться. И тогда у вас все получится.

                           Муниципиальное  бюджетное  учреждение

            «Управление  дошкольного  образования» исполнительного  комитета

             Нижнекамского  муниципиаьного  района  Республики  Татарстан

**Консультация    для  родителей:**

Телевизор — это **зло!**

                                                     Составила: Сиразетдинова И.И.

                                                     инструктор  по физкультуре

                                                     (**б**ассейн)

                            г.Нижнекамск

                                2014г

[**7 способов отучить ребенка от телевизора**](https://www.google.com/url?q=http://verais.ru/7-sposobov-otuchit-rebenka-ot-televizora.html&sa=D&ust=1572240799597000)

Прежде чем Вы начнете знакомится с советами относительно того, **как отучить ребенка от телевизора**, давайте разберемся для чего это нужно.

Запомните — телевизор — это **зло**. Он уже давно перестал быть источником информации. Основная его функция для зрителя сейчас — это развлечение. НО! Ребенку нужно расти и развиваться в обществе своих сверстников, а не у экрана телевизора.

Кроме того, он вредит психике и зрению ребенка!

Итак, **7 способов отучить ребенка от телевизора**:

**1. Не приучайте ребенка к телевизору.**

Этот метод самый простой. Не включайте телевизор при ребенке с целью отвлечь его внимание. Известно, что дети, которые никогда не пробовали сладкое, никогда не попросят его.

Точно также и здесь. Избавьтесь от телевизора дома, когда ребенок еще мал.

**2. Уделяйте ребенку больше внимания.**

Известно, что основная причина «подсаживания» ребенка на иглу телепередач и мультиков — это нежелание родителей проводить время с ребенком. Они включают телевизор с целью отвлечь ребенка от себя, не понимая, что это счастье воспитывать ребенка. И что его годы детства никогда больше не повторятся.

Не допускайте этой ошибки. Проводите со своим малышом больше времени!

**3. «Тирания» или запретите ребенку смотреть телевизор.**

Воспользуйтесь своим родительским правом вето и запретите ребенку смотреть телевизор. Можно вообще избавиться от телевизора в квартире. Иногда это здорово помогает.

Недостаток этого метода в том, что ребенок может возненавидеть вас. Не переусердствуйте!

**4. Отдайте ребенка в спорт.**

Спорт — это замечательный способ сохранить здоровье ребенка. Отдайте его в спортивную секцию, чтобы после школы он спешил на тренировку, а не домой к экрану «черного ящика». Распишите график тренировок так, чтобы у ребенка просто не оставалось времени на просмотр телепередач.

**5. Общение с ровесниками**

Основная причина почему дети быстро «подсаживаются» на иглу телевизора — это недостаток общения с ровесниками. В ваших силах помочь ребенку найти общий язык со сверстниками. Лучше пусть ребенок гоняет мяч во дворе, чем сидит, прилипнув к телевизору.

**6. Компьютер.**

Очень легко с «иглы» телевизора дети пересаживаются на иглу «компьютера».  Тут еще можно поспорить, что вреднее сидеть и смотреть телевизор или играть в компьютер. Тем не менее это достаточно действенный способ отучить ребенка от телевизора.

**7. Увлечения.**

Главная причина неудач родителей в попытках ограничить влияние телевизора на детей в том, что они ничего не предлагают взамен.

Ребенок смотрит телевизор потому, что ему больше нечем заняться!

Найдите ребенку занятие! Существует огромное количество специальных клубов для детей, спортивных секций, художественных секций, музыкальных школ.

***В конце концов сами занимайтесь с ребенком!***

Ну и в заключении. Помните, что ребенок считает своих родителей идеалом. Примером для подражания, на который необходимо равнятся. Если вы сами перестанете смотреть телевизор, то и ребенок тоже не будет его смотреть!

Подайте своим детям достойный пример — избавьтесь от привычки проводить свободное время за экраном телевизора!

                              Муниципиальное  бюджетное  учреждение

            «Управление  дошкольного  образования» исполнительного  комитета

             Нижнекамского  муниципиаьного  района  Республики  Татарстан

**Консультация    для  родителей:**

***Профилактика сколиоза у детей.***

                                                     Составила: Сиразетдинова И.И.

                                                     инструктор  по физкультуре

                                                     (**б**ассейн)

                            г.Нижнекамск

                                2015

       Сколиоз развивается до тех пор, пока растет организм (примерно до 18 лет). Поэтому о профилактике сколиоза следует заботиться, начиная с самого раннего возраста.

Родителям стоит следить, чтобы ребенок соблюдал некоторые правила.

* Грудного ребенка не следует сажать раньше, чем он захочет сделать это сам.
* Не водите ребенка за одну и ту же руку все время.
* Витамин Д вырабатывается в организме под воздействием ультрафиолета. Для насыщения детского организма этим витамином, полезным для костей, возьмите за правило ежедневно прогуливаться с малышом на свежем воздухе, независимо от времени года.
* Вырабатывайте у ребенка правильную осанку: чуть приподнятая голова, развернутые плечи, не выступающие лопатки, линия живота, не выходящая за линию грудной клетки.
* Рабочее место и другая мебель должны соответствовать росту и возрасту малыша. Расстояние от стола до глаз не должно быть меньше 30 см.
* Для школы покупайте ребенку ранец с двумя мягкими лямками. Сумка через плечо – практически стопроцентная гарантия сколиоза.
* Детская кровать не должна быть слишком мягкой. Если возможно, приобретите ортопедический матрас. Подушку лучше выбирать средних размеров.
* Не разрешайте ребенку смотреть телевизор или читать лежа на боку.
* Неподвижно сидеть рекомендуется не больше 20 минут. Чтобы расслабить мышцы и предотвратить развитие сутулости, следует как можно чаще вставать, хотя бы на полминуты-минуту. Сидя, пусть ребенок меняет положение ног: ступни рядом или разведены, вперед или назад.
* «Правильно» сидеть тоже нужно уметь. Сидите на стуле ближе к краю, колени старайтесь держать согнутыми под прямым углом, спину выпрямите, локти положите на подлокотники, чтобы, по возможности, снять нагрузку с позвоночника.
* Поощряйте двигательную активность ребенка, отдавайте предпочтение игровым видам спорта. Полезными будут утренняя гимнастика, закаливание, бег, ходьба на лыжах.
* Занятия физкультурой при сколиозе повысят общий тонус организма, улучшат функции дыхательной, нервной и эндокринной систем, воспитают волевые качества.
* При сколиозе ребенку не рекомендуются несимметричные виды спорта (бадминтон, теннис, художественная и спортивная гимнастика), так как они могут оказать отрицательное влияние на деформированный позвоночник.
* Позитивный эффект при сколиозе дает плавание. При этом заболевании чаще всего практикуют брасс на груди с удлиненной паузой скольжения. Баттерфляй и кроль при сколиозе не рекомендуются. Эти стили плавания увеличивают скручивание позвонков и гибкость позвоночника. Можно применять их отдельные элементы.
* Ребенку, у которого уже есть признаки сколиоза, следует взять за правило регулярно выполнять не только упражнения общеукрепляющего характера, но и специальный курс, который необходим для укрепления мышц пресса, спины и груди, улучшения осанки и трофики тканей.
* Не реже чем раз в 3 месяца целесообразным будет проходить курсы электростимуляции мышц – естественно, предварительно проконсультировавшись с ортопедом. Прогревания вдоль позвоночника укрепят естественный мышечный корсет. Однако следует помнить, что такая процедура носит поддерживающий, а не лечебный характер. Исправить деформации на ранних стадиях может лечебный массаж или операция – на последующих.
* Стоит обратить внимание на меню ребенка. Сбалансированное питание благотворно влияет на структуру мышц и костей. Суточный рацион белков животного происхождения должен составлять 100 граммов. Соли кальция и фосфора в организм должны поступать из натуральных пищевых продуктов, но не в виде чистых солей. Детям в достаточном количестве полезны молочные продукты, рыба, овощи и фрукты.

Муниципиальное  бюджетное  учреждение

            «Управление  дошкольного  образования» исполнительного  комитета

             Нижнекамского  муниципиаьного  района  Республики  Татарстан

**Консультация    для  родителей:**

**Профилактика сколиоза у дошкольников.**

                                                     Составила: Сиразетдинова И.И.

                                                     инструктор  по физкультуре

                                                     (**б**ассейн)

                           г.Нижнекамск

                                2015г

**Профилактика сколиоза у дошкольников**

Позвоночник человека представляет собой некую ось, на которой держится всё тело. Он внутри себя содержит спинной мозг – своеобразный центр управления всеми функциями организма.

Искривление позвоночника – это сколиоз.

**Основные меры профилактики**

Проблемы, связанные с позвоночником, всегда негативно влияют на организм. Поэтому профилактика сколиоза является и профилактикой многих заболеваний. Основные меры профилактики сколиоза у дошкольников сводятся к двум правилам:

* Необходимо обеспечивать физическую активность ребёнка, во время которой совершаются движения, предотвращающие искривление позвоночника.
* Во время нагрузки – сна, занятий - позвоночник должен находиться в наиболее благоприятном физиологическом положении.

Профилактику сколиоза надо начинать с раннего возраста, так как из-за относительной мягкости детских костей, у малышей часто развивается искривление позвоночника. Любое однообразное привычное положение позвоночника приводит к развитию сколиоза:  
Когда ребёнок проводит в кроватке большое количество времени, не умеет переворачиваться, необходимо следить за тем, чтобы его головка не поворачивалась только в одну сторону.

* Не надо пытаться, чтобы малыш сидел или стоял раньше времени.
* Не надо носить грудничка на одной и той же руке.
* Когда ребёнок начинает переворачиваться, необходимо следить, чтобы он это делал в обе стороны.
* Когда ребёнок начинает ходить надо стараться не придерживать его за одну и ту же ручку.
* Предпочтительная поза для сна – на спине.

В дальнейшем, при развитии моторики рук - при занятии лепкой, рисованием, аппликацией, а так же при подготовке к школе ребёнок проводит значительную часть времени сидя за столом, что создаёт все предпосылки для нахождения позвоночника в неправильном состоянии, поэтому:

* Ребёнок дошкольного возраста должен неподвижно сидеть не более двадцати минут.
* Надо стараться, чтобы он как можно чаще вставал.

При неподвижном сидении необходимо, чтобы ребёнок менял положение ног:

* ступни назад, вперёд;
* поставить их рядом;
* развести.

Сидеть надо на краешке стула, спина – прямая, колени должны быть согнуты под прямым углом, как можно чаще класть локти на подлокотник, снимая тем самым часть нагрузки с позвоночника.  
В перерывах, делать специальные упражнения:  
повиснуть на руках, подтянуть к груди колени, упражнение выполнить максимальное число раз;  
на полу принять стойку на коленях, вытянуть вперёд руки, максимально прогнуться назад, а затем вперёд.

Ребёнок дошкольного возраста должен находиться в движении не менее шести часов в сутки. Утренняя гимнастика, активный отдых, бег, ходьба, подвижные игры – это двигательный минимум для ребёнка. Необходимо кроме общеукрепляющих и оздоровительных упражнений вводить и специальные, для укрепления груди, мышц брюшного пресса, улучшения осанки. Выполнять их можно:

* вместе с утренней зарядкой;
* во время любого отдыха;
* во время прогулок.

Очень важна мебель, которая находится в обиходе ребёнка:

Спать ребёнок должен не на диване, а на кровати с хорошим, упругим, плотным матрацем, даже можно ортопедическом или на кокосовой стружке. Желательно приучить его спать без подушки.

Место, где ребёнок принимает пищу и занимается, необходимо оборудовать просторной и удобной мебелью.

* Когда дошкольник начнёт читать, надо следить, чтобы он не сутулился.
* Необходимо постоянно корректировать высоту мебели ребёнка, с учётом его роста.
* Место для занятий должно иметь хорошее освещение.

**Что еще играет важную роль в профилактике**

Важную роль в профилактике сколиоза у детей дошкольного возраста играет:

* Сбалансированное полноценное питание, в рационе ребёнка должны быть продукты богатые витаминами и кальцием, то есть фрукты, овощи, молоко, рыба.
* Пребывание на свежем воздухе. Закаливание воздухом, необходимо сочетать с физическими упражнениями, водой – обливание, обтирание; летом – солнечными лучами; баней, но очень осторожно, чтобы не наступило перегревание организма.
* Устойчивая удобная обувь.

Так же надо учесть, что женщине при планировании беременности, желательно за полгода до неё, необходимо принять курс витаминов группы В12 и фолиевой кислоты. При приёме этих препаратов снижается риск развития врождённых костных дефектов, которые могут привести к врождённому сколиозу.

Все профилактические меры, которые приняты вовремя, помогут сохранить здоровье ребёнка. Ведь красивая и правильная осанка не только делает человека привлекательным, но и способствует нормальному функционированию всего организма.

  Муниципиальное  бюджетное  учреждение

            «Управление  дошкольного  образования» исполнительного  комитета

             Нижнекамского  муниципиаьного  района  Республики  Татарстан

**Консультация    для  родителей:**

**Вред компьютера для детей**.

                                                     Составила: Сиразетдинова И.И.

                                                     инструктор  по физкультуре

                                                     (**б**ассейн)

                           г.Нижнекамск

                                2015г

**Задумывались ли Вы, что видит Ваш**[**ребенок**](https://www.google.com/url?q=http://myhouse777.ru/category/detskaya-stranichka&sa=D&ust=1572240799625000)**, когда он играет в компьютерную игру?**

**Отдаете ли Вы себе отчет, насколько огромен вред компьютера для детей**?

    Производство компьютерных игр очень прибыльное дело. И владельцев этого бизнеса очень мало волнует, какое влияние оказывает компьютер на [здоровье](https://www.google.com/url?q=http://myhouse777.ru/category/duhovnaya-aptechka/zdorovye&sa=D&ust=1572240799626000) Вашего ребенка.

Компьютер в жизни ребенка может играть и положительную роль, например, помогать в учебе, для дошкольников – на компьютере можно рисовать, на компьютере можно и играть. Вот только вопрос, какие это будут игры? Большинство игр, которые сейчас можно встретить в интернете оказывают отрицательное воздействие и на физическое, и на психическое [здоровье](https://www.google.com/url?q=http://myhouse777.ru/category/duhovnaya-aptechka/zdorovye&sa=D&ust=1572240799627000) наших детей.

Первый момент, о котором хотелось бы сказать, это *излучение электромагнитных волн*. Это излучение вредно даже для взрослых, а что уж говорить о детях. Знайте, если Ваш[ребенок](https://www.google.com/url?q=http://myhouse777.ru/category/detskaya-stranichka&sa=D&ust=1572240799627000) постоянно просиживает перед компьютером, то ему грозят раковые опухоли, эндокринные, мозговые нарушения, снижение иммунитета. И это далеко не все последствия.

Второй момент касается *психического напряжения*. Посмотрите на ребенка со стороны, как он ведет себя, играя в компьютерную игру. Он весь в напряжении, забывает буквально обо всем, никого не слышит, порой даже кричит, а потом может даже и заплакать. У ребенка – стресс! И чем дальше, тем больше.

Но главный вред – это вред *духовный*. Сознание ребенка поворачивается в сторону безбожного, безнравственного мировоззрения. Пусть и виртуально, но [дети](https://www.google.com/url?q=http://myhouse777.ru/category/detskaya-stranichka&sa=D&ust=1572240799628000) учатся на компьютере убивать и не только каких-то отрицательных героев, различных монстров, чудовищ, но и друг друга.

Аркадные, исторические игры вроде и не вредны на первый взгляд. Но побеждая, например, в какой-нибудь исторической игре, ребенок чувствует себя настоящим властелином мира, победителем. И после этого очень сложно перестроиться на эту жизнь, когда, нужно, скажем, помочь маме вынести мусор или поиграть с младшим братишкой. «Вы меня не трогайте, я видите какой!!!»

А самое главное возникает *зависимость от компьютерной игры*. Традиционные игры, чтение книг совершенно забыты. Со сверстниками чаще общаются через компьютер. Национальные традиции вызывают презрение. Все внимание направлено на этого современного идола. Потому  в наших детях так сильно развиты страсть к властолюбию, тщеславию, наживе, лжи и другим порокам

И, конечно, всех здравомыслящих родителей волнует ответ на вопрос: как отучить ребенка от компьютера. Вот несколько советов,как ограничить **вред компьютера для детей**.

*Совет 1*. Для начала нужно ограничить время игры. Если Вашему ребенку 6-7 лет продолжительность игры должна составлять всего 10 минут.

 Для 8-11 лет – 15-20 минут, и для более старших – полчаса. Таковы минимальные санитарные нормы. Постарайтесь объяснить ребенку, что в игре главное точность и быстрота, но никак не время.

*Совет 2*. Обязательный закон расстояния: 30-40 см до экрана, обязательное проветривание комнаты, ионизаторы – все это поможет снизить вредное воздействие.

*Совет 3*. Обязательное соблюдение временного закона. Не играть, если не сделаны уроки, ни в коем случае не играть перед сном и после еды.

*Совет 4*. С Вашей стороны должен быть контроль за содержанием игр. Игры с насилием,  жестокостью нужно исключить.

*Совет 5* – САМЫЙ ГЛАВНЫЙ. Сами больше играйте со своими детьми. Не пытайтесь переложить это на какого-то или на что-то. Ведь сколько существует замечательных добрых игр вашего детства: и [игры в слова](https://www.google.com/url?q=http://myhouse777.ru/detskaya-stranichka/igryi-v-slova&sa=D&ust=1572240799630000), и [на внимание](https://www.google.com/url?q=http://myhouse777.ru/detskaya-stranichka/chem-zanyatsya-na-dosuge&sa=D&ust=1572240799630000), и [подвижные игры](https://www.google.com/url?q=http://myhouse777.ru/detskaya-stranichka/podvizhnyie-igryi-na-lovkost&sa=D&ust=1572240799630000) и еще много-много других игр. Постарайтесь, чтобы игра на компьютере была вытеснена полноценным общением с Вами.