



### Колонка редактора

### Здоровый ребенок

Месяц март и тает снег,  
Ручейки пустились в бег,  
Солнце ласковой и выше,  
Падают сосульки с крыши.  
И сугробы потемнели,  
Песни капельки запели,  
В гости к нам пришла она,  
Красна-девица весна.



Таравкова Г.

### «Для чего нужна мелкая моторика и как её развивать?»



Как часто мы слышим выражение «мелкая моторика». Что же такое мелкая моторика? Физиологи под этим выражением подразумевают движение мелких мышц кистей рук. При этом важно помнить о координации «рука-глаз», т. е. развитие мелких движений

рук происходит под контролем зрения. Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребенка? Дело в том, что в головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь. И, кроме того, в дальнейшем эти навыки ребенку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т. д.

Начинать работу по развитию мелкой мускулатуры рук нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом, не забывать о развитии элементарных навыков самообслуживания: застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать шнурки и т. д.

**Какие же упражнения помогут ребенку усовершенствовать свои навыки?**

1. Пальчиковая гимнастика «Пальчиковые игры» – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев.
2. Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками.
3. Песочная терапия.
4. Вырезание ножницами.
5. Аппликации.
6. Лепка из пластилина, глины и соленого теста.
7. Шнуровки.
8. Рисование, раскрашивание.
9. Графические упражнения.
10. Штриховка.
11. Рисование орнамента.

Таким образом, если будут развиваться пальцы рук, то будут развиваться речь и мышление ребенка, отпадут проблемы обучения не только в первом классе, но и в дальнейшем.

### Что делать если ребенок плохо ест?!!!

Как правило, всем родителям хочется, чтобы их детки росли сильными, здоровыми и красивыми. А этого невозможно достичь без правильного сбалансированного питания. Рассмотрим наиболее распространенные причины «плохого аппетита»:

1. Проблема избирательного аппетита. Например, демонстративно выплевывает кашу и требует сладкие фрукты. Если ему идут навстречу, в следующий раз ситуация повторяется. Очевидно, что «проблема избирательного аппетита» прямого отношения к аппетиту как таковому не имеет.

2. Плохое настроение, отрицательные эмоции. Если у человека плохое настроение, то пищевые реакции могут быть двух типов: отказ от еды или чрезмерное,



неконтролируемое поглощение пищи. Оба варианта, как вы понимаете, не несут ничего положительного, полезного для организма. Задача взрослых: выявить причину и помочь ребенку справиться с проблемой.

3. Отсутствие режима питания. Кормят его не в строго назначенное время, а когда придется, поэтому ему трудно сориентироваться во времени и настроиться на прием пищи.

4. Перекусы.

5. Индивидуальное развитие. Все дети очень разные, и потребности их в пище тоже различны.

6. Физические нагрузки. Ни одним ученым доказано, что чем больше человек расходует физической энергии, тем более нуждается в ее пополнении.

7. Кормление через силу. Трудом академика И.П.Павлова было доказано и в последующем многократно подтверждено, что для нормального пищеварения недостаточно поместить пищу в желудок. Нужно, чтобы пища аппетитно выглядела, чтобы она вкусно пахла и вызывала выделение запального желудочного и кишечного соков.

### Благодарим

Детей и родителей, которые активно принимают участие в конкурсах различного уровня.

### Устами младенца

Разговаривают двое малышей. Один из них спрашивает:  
- Сколько лет твоему брату?

Витя:

- Год.

- Странно. Моему щенку тоже год, но он ходит в два раза лучше твоего брата.

- Что тут странного? Ведь у него в два раза больше ног.

Редакторы: Александрова И.В.  
Яшкина Т.К.

5 марта состоялся праздник «8е марта с Машей и медведем»

