

Колонка редактора

*Август месяц наступает,
Всех людей он награждает.
За посильные труды,
Он дает всем нам плоды.
Собирай урожай...*

Лето – красно провожай.

(А. Вятский)



Воспитание и обучение

Тест «ЛЕСЕНКА» (тест десять ступенек)

Хотите проверить, какая самооценка у вашего ребенка? Это легко сделать с помощью теста «Лесенка». Его используют с 3-х лет.

Нарисуйте на листе бумаги или вырежьте лесенку из 10 ступенек. Теперь покажите ее ребенку и объясните, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие (злые, завистливые и т.д.) мальчики и девочки, на второй ступени – чуть лучше, на третьей – еще лучше и так далее. А вот на самой верхней самые умные (хорошие, добрые) мальчики и девочки. Важно, чтобы ребенок правильно понял расположение на ступеньках, поэтому можно его об этом переспросить. А теперь спросите, на какой ступеньке стоял бы он сам? Пусть сделает на выбранной им ступеньке пометку.

✓ 1-ая, 2-ая, 3-ая ступень снизу – заниженная самооценка;

✓ 4-ая, 5-ая, 6-ая, 7-ая – средняя (адекватная)

✓ 8-ая, 9-ая, 10-ая – самооценка завышена.

Что же делать, если самооценка вашего ребенка неадекватная (сильно завышена или занижена)? Уровень самооценки может изменяться, особенно в дошкольном возрасте.



Каждое наше обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, реакция на успехи и неудачи – все это оказывает влияние на отношение малыша к себе. То есть, мы можем помочь ребенку сформировать адекватную самооценку.

Советы родителям:

➤ Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Пусть малыш поможет с уборкой, полет цветы и т.д. Не нужно ставить перед ним непосильные задачи, для выполнения которых он еще не дорос;

➤ Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда заслуживает;

➤ Поощряйте в ребенке инициативу;

➤ Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам;

➤ Не сравнивайте ребенка с другими детьми;

➤ Не бойтесь искренне любить своего ребенка и показывать ему свою любовь!

Здоровый ребенок

В здоровом теле – здоровый дух!

Оздоровительная работа в ДОУ очень актуальна. Ведь статистика с каждым годом не улучшается, а наоборот: все больше детей с нарушением осанки, плоскостопием, нарушением зрения. Для того чтобы ребенок был здоров нужно проводить профилактические мероприятия.

Одной из форм работы по оздоровлению является гимнастика после сна. Бодрящая гимнастика проводится ежедневно. Начинаем гимнастику пробуждения с упражнений в постели. Здесь же проводим дыхательную гимнастику, она



способствует очищению бронхов, укреплению их. Из нетрадиционных методов детям очень нравятся массаж и самомассаж. Это – поглаживания, пощипывания, похлопывания, которые сопровождаются текстом. Снарядом для массажа служит специальный мячик или карандаш.

Можно проводить самомассаж с элементом психогимнастики (нетрадиционный метод). Например: упражнение «Зевота».

Затем наши дети ходят по массажным дорожкам для профилактики плоскостопия. Надо сказать, что босохождение носит систематический характер. 2 – 3 раза в неделю проводим хождение по мокрым «солевым дорожкам»

Самое распространенное заболевание в нашей группе – это ОРВИ и инфекция верхних дыхательных путей. С целью предупреждения этих болезней мы делаем массаж носа.

Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Очень часто с родителями проводим беседы о сезонной одежде, режиме дня и что нужно обязательно присутствовать на утренней гимнастике. Мы надеемся, что это положительно отразится на наших воспитанниках. Ведь как гласит народная мудрость: «В здоровом теле – здоровый дух!»

Редакторы: Титова К. А., Кокарева К. В.

Источник: интернет – ресурсы

Фотоматериалы группы «Малышок»

Детский сад №57