



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
г. Шахты Ростовской области «Детский сад № 43»
346500, г. Шахты Ростовской области, ул. Парижская Коммуна, 58; тел. 8(863)622-70-19
E-mail – dou43@shakhtv-edu.ru

Программа
формирования родительской компетентности
МБДОУ г. Шахты №43 г. Шахты
«Семейная азбука»
(4-7 лет)

Авторы разработки программы:
заместитель заведующего по ВМР
Плахотнюк Наталья Васильевна
педагог-психолог
Сухонос Оксана Алексеевна
воспитатель
Медакова Наталья Анатольевна

2025 год

Программа формирования родительской компетентности «Семейная азбука»

1. Вид программы: образовательные (просветительские) психолого-педагогические программы.

2. Участники программы: родители (законные представители) детей среднего и старшего дошкольного возраста (4 - 7 лет), посещающих дошкольное учреждение.

3. Описание целей и задач программы.

Цель программы: содействие повышению родительской культуры и создание условия для просвещения родителей по психолого-педагогическим вопросам семейного воспитания

Задачи программы:

1. Способствовать повышению уровня психолого-педагогических знаний родителей дошкольников.
2. Мотивировать родителей к взаимодействию со специалистами образовательной организации.
3. Просвещение родителей по вопросу возрастных и индивидуально психологических особенностей ребенка в период предшкольной подготовки; через понимание и принятие эмоционального мира ребенка.
4. Обучение родителей доступным способам и приемам снятия эмоционального напряжения, релаксации.
5. Преодоление и профилактика взаимонепонимания на основе совместных игр и занятий.

4. Научные, методологические и методические основания программы.

Методологической основой программы являются: работы по изучению влияния семьи и семейных отношений на развитие личности отраженные в работах отечественных психологов: М.О. Ермихиной, Т.М. Мишиной, В.М. Воловика, А.М. Захарова, А.С. Спиваковской, И.М. Марковской, и др., и зарубежных исследователей: А.Адлера, К. Роджерса, В. Сатир, Ф. Райса, Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юцискиса, и др., а также анализ научных исследований (Е.П. Арнаутова, Н.Ф. Виноградова, Г.Н. Година, В.П. Дуброва, Л.В. Загик, О.Л. Зверева, В.М. Иванова, В.К. Котырло, Т.А. Куликова, С.Л. Ладывир, Т.А. Маркова, Н.М. Метенова, Л.Ф. Островская, А.А. Петрикевич).

При разработке Программы авторы опирались на следующие принципы организации родительских собраний:

1. Принцип активности. На собрании отсутствует возможность пассивно «отсидеться», большинство упражнений подразумевает включение всех участников.
2. Принцип оптимальности.
3. Принцип значимости. Тема собрания одинаково значима как для родителей, так и для педагога.
4. Принцип добровольного участия. На собрания приглашаются все взрослые члены семьи. Невозможность присутствия не обсуждается и не критикуется. Родители должны иметь естественную внутреннюю заинтересованность, как правило положительных изменений принудительно не происходит.
5. Принцип результативности.
6. Принцип диалогизации взаимодействия, т.е. равноправного и полноценного

взаимодействия во время занятий. Такое общение основано на взаимном уважении и доверии.

7. Принцип усложнения. Каждое задание должно проходить ряд этапов: от минимально простого - к максимально сложному.

5. Обоснование необходимости реализации данной программы для достижения указанных целей и решения поставленных задач.

Поступление в школу и начало обучения вызывает перестройку всего образа жизни и деятельности ребёнка и его родителей. Этот период труден и для детей посещающих дошкольные учреждения, и для тех, кто воспитывается, обучается, развивается в семье.

Выяснено, что неадекватный тип семейного воспитания в сочетании с искажением родительской позиции (неадекватно завышенные ожидания в отношении успехов ребёнка или пренебрежительное отношение) приводит к нарушениям процесса адаптации и дисгармоничному развитию внутренней позиции ребёнка, будущего школьника.

Реальность современной жизни такова, что сегодня ответственность за образование ребёнка всё больше и больше ложится на плечи семьи, но существует ряд негативных факторов, влияющих на взаимоотношения в семье:

— Изменения в ценностной сфере семьи. Отвергаются ценности, которые традиционно присутствовали в семье, резко возросла ценность благосостояния (материальный успех и благополучие), автономии (независимость и уверенность в себе, стремление выразить свою уникальность). Всё это не может не повлиять на представления современных родителей о воспитании, о взаимодействии с детьми.

— Повышенная занятость родителей, общий недостаток времени для взаимодействия членами семьи.

— Развитие технологий, информационно-компьютерная революция вследствие чего происходит разрыв между поколениями и знакомство с миром детства теперь на самом деле требует значительных усилий. Современная социокультурная ситуация быстро изменяется, общество переходит к индустриальному, информационному типу, в котором и будут жить нынешние дети. Очевидно, что это общество уже отличается, и будет отличаться от общества, в котором жили их родители. Окружающая среда ребёнка старшего возраста меняется крайне динамично. Её изменения для ребёнка не только являются новым культурным, операциональным, информационным полем, но и никак не представлены в прошлом опыте окружающих его взрослых.

Подводя некоторый итог, сформулируем основное положение: современная ситуация не способствует сохранению оптимальных детско-родительских представлений о воспитании детей, тёплым, ровным, принимающим отношениям, поскольку мы живём в ситуации нестабильности, которая характеризуется ожиданием политических и экономических изменений.

Здесь трудно переоценить значение взаимодействия с матерью и другими близкими взрослыми в освоении малышом окружающего мира и для его психического и эмоционального благополучия. Функции взрослого в развитии ребёнка многообразны. Они предполагают:

— Создание условий для развития ребёнка в доме и вне его (обеспечение материалами, организация посещения дошкольных учреждений, студий, кружков).

— Личное активное участие в детской деятельности, занятиях, досугах (посещение театров, музеев, библиотек).

- Стимуляция активности ребёнка (поощрение творческих проявлений).
- Создание для ребёнка атмосферы психологической безопасности, дозволенности, открытости, игры и спонтанности.
- Вербализация (предоставление ребёнку возможности высказаться).

«То, что влияние родителей на фазе развития является решающим, относится ко всем детям – пишет Э. Ландау.- При этом речь идёт о влиянии через личный пример, через создание перед ребёнком возможностей познания окружающего мира, через объяснения...»

Взрослый не только обустроивает окружающую среду для ребёнка, но и поощряет к различным формам взаимодействия, обеспечивает неким жизненным опытом, и передаёт культурные смыслы.

Влияние семьи и внутрисемейных отношений на воспитание и развитие ребёнка признаётся всеми. Гармония их – залог здоровья и успешности растущей личности. А это возможно лишь в той семье, где тёплые эмоциональные отношения к детям, полное их принятие, признание и понимание, дающее им уверенность в родительской любви; где взаимодействие строится по диалогическому принципу; где чётко определены нормы и правила поведения, в пределах которых предоставляется достаточный простор для личной инициативы детей.

Родителям важно знать, понимать особенности ребёнка, терпеливо и спокойно реагировать на эмоциональные перепады, поддерживать в минуты разочарований и временных неудач, обсуждать с ребёнком то, что его волнует, интересует, объяснять (с учётом возраста) то, что пока неизвестно ребёнку или воспринимается им искажённо.

Таким образом, можно и необходимо сделать вывод, что степень и качество участия взрослого зависит от его взгляда на ребёнка, от уровня знаний особенностей малыша, от сформированности родительской компетентности.

В современном сложном и динамичном обществе возросла острота вопросов, связанных с отношениями родителей и детей, уровнем их компетентности в вопросах выбора методов и средств воспитания, расширение возможностей понимания своего ребёнка и знания индивидуальных возрастных особенностей, выработка новых навыков взаимодействия в семье.

Освоение ребёнком нового социального статуса-позиции школьника - предполагает освоение новых форм социальных и межличностных отношений и соответствующих форм сотрудничества, причём не только в новом для ребёнка контексте отношений с учителем, но и в ранее освоенных контекстах – отношениях с родителями и со сверстниками (Г. А. Цукерман). Выявлено, что поступление в школу, установление отношений с учителем (социальным взрослым) представляет для ребёнка достаточно сложную задачу. Трудности с её разрешения являются источником школьной дезадаптации. Успешность процесса вхождения субъекта в новое социальное пространство осуществляется в зависимости от готовности социального окружения к перестройке своих отношений с ребёнком на основе учёта его индивидуально-возрастных и личностных особенностей.

А если ребёнок не посещал детский сад и не проходил обучения в различных специально организованных кружках, школах развития, то процесс его адаптации будет очень не простым. Ребёнок постоянно испытывает стресс и тревогу, вызванные сложностью и непонятностью новой социальной ситуации, а у взрослых - повышенные требования к ребёнку как к ученику. Процесс адаптации значительно усложняется. Дошкольники, прошедшие через обучение в детском саду, более готовы

к принятию роли ученика и освоению правил, а их родители - к принятию роли родителей первоклассников.

Понимание этих трудностей со стороны детей и родителей побудило к разработке и внедрению программы «Семейная азбука» по взаимодействию с родителями на этапе дошкольной подготовки.

Что же такое «готовность к обучению в школе»? Обычно, когда говорят о готовности к школьному обучению, имеют в виду такой уровень физического, психического и социального (личностного) развития ребёнка, который необходим для успешного усвоения школьной программы. Следовательно, понятие «готовность к школе» включает: физиологическую, психологическую, социальную или личностную готовности к школе.

Физиологическая готовность к школе определяется группой здоровья ребёнка и степенью физиологической зрелости основных систем организма ребёнка. Физиологическая готовность в значительной степени, но не полностью детерминирует остальные аспекты школьной зрелости. Критериями данной готовности являются:

1. Уровень физического развития;
2. Уровень биологического развития;
3. Состояние здоровья.

Социальная, или личностная готовность к обучению в школе представляет собой готовность к новым формам взаимодействия, общения, новому отношению к окружающему миру и самому себе, обусловленным ситуацией школьного обучения.

Психологическая готовность – сложное структурно-системное образование, самая обширная группа психических функций, которая охватывает все стороны детской психики и включает в себя: волевую, личностную, интеллектуальную сферу, а также некоторые учебно-важные качества (УВК). Этот вид готовности отражает общий уровень психического развития ребёнка.

Все три составляющие школьной готовности тесно взаимосвязаны между собой и недостатки формирования любой из её сторон, так или иначе, сказываются на успешности обучения к школе.

Работая по ООП МБДОУ, осуществляется планомерная, постепенная подготовка к овладению навыками учебной деятельности.

Но, необходимо отметить, что проведение работы, строящейся только на взаимодействии с ребёнком, на развитии его когнитивной сферы, явно недостаточно для преодоления сложной проблемы подготовки к школьному обучению и профилактики дезадаптации.

Важными условиями успешности выступает не только уровень психологической готовности ребёнка к обучению в школе, но и психологическая готовность социального окружения ребёнка (педагогов и родителей). И эту готовность надо целенаправленно формировать.

В связи с этим, в дошкольном учреждении проводилось исследование по выяснению уровня сформированности родительской компетентности (анкеты №1, 2), особенностей родительского отношения (тест - опросник № 3) и их участия в жизнедеятельности ребёнка (анкета № 4), определение психологического климата семьи (тест № 5). «Дошкольный возраст, - подчёркивает О. В. Хухлаева, - столь значим для формирования психологического здоровья ребёнка и столь многогранен, что трудно претендовать на однозначное описание факторов риска внутрисемейных отношений, тем более, что здесь сложно рассматривать отдельное взаимодействие

матери или отца с ребёнком, а необходимо обсуждать факторы риска, исходящие из семейной системы.» Таким образом, сопоставляя данные анализа анкет, а также учитывая анализ вопросов о реальном содержании совместного времяпровождения родителя и ребёнка были выделены *типичные факторы риска*:

— Взаимодействие по типу «ребёнок-кумир семьи», когда удовлетворение потребностей ребёнка превалирует над удовлетворением потребностей других членов семьи. Следствие этого – нарушения в развитии такого важного новообразования дошкольного возраста, как эмоциональная децентрация. Ребёнок не воспринимает и не понимает состояния, желания и интересы других, не умеет общаться со сверстниками, понимать просьбы взрослого.

— Отсутствие одного из родителей или конфликтные отношения между ними по поводу стиля, средств воспитания ребенка. У детей возникают глубокие внутренние переживания, перерастающие во внутренний конфликт, что может обусловить развитие невротических симптомов, тем самым, усложняя адаптационные процессы. У некоторых детей возникают изменения в поведении: сильно выражена готовность к реагированию, боязливость, робость, тревожность, склонность к депрессивным настроениям.

— Семья уделяет много внимания ребёнку, но в то же время, мешает его самостоятельности; воспитание осуществляется по типу доминирующей гиперпротекции, описанной Э. Г. Эйдемиллером. Формируется «приспособившийся ребёнок», который стремится адаптировать своё поведение, чтобы соответствовать ожиданиям родителей и педагогов, однако при этом нарушается формирование другого важного новообразования дошкольного возраста – инициативности (Э. Эриксон). У ребёнка снижается познавательная активность, уверенность в себе, повышается тревожность, растут страхи.

Г. Т. Хоментаскас подчёркивает: «Семья – единый организм. Нарушение эмоционального состояния ребёнка, его «плохое» поведение, как правило, является симптомом других семейных «болезней». Многих ошибок воспитания можно было бы избежать, если бы взрослые не забывали, что по мере взросления ребёнка должна изменяться и структура общения с ним.

Обследованный уровень родительской компетентности отражает *различные ситуации*:

— расхождения в предпочтениях: представления родителей о том, какую роль в развитии ребёнка могут играть фантазия, воображение, умение конструировать мнимые ситуации различны. Родители склонны рассматривать интеллектуальные занятия как наиболее продуктивные, тем самым упускают важность социального, эмоционального, физического, когнитивного развития;

— плохо представленный опыт семейного воспитания;

— климат и качество эмоционального контакта;

— нечёткие социальные установки: родители не всегда понимают важность, значение и ценность этапов развития, видов детской деятельности, психологических особенностей.

Необходимо помочь семье приобрести новый опыт взаимодействия с детьми посредством практической тренировки коммуникативных навыков, переосмысливания их роли и позиции по отношению к детям. Развитие подобных навыков и обучение конкретным приёмам может быть основным содержанием различных форм работы с родителями. В условиях дошкольного образовательного учреждения эта работа, прежде всего, ориентирована на привлечение родителей к

диалогу, к совместному принятию решений относительно тех или иных ситуаций, при этом предполагается, что родители привлекаются к практическим формам работы (с последующим обсуждением своих впечатлений и ощущений).

6. Содержание программы

Примерное планирование родительских собраний представлено в таблице:

№	Формы работы с родителями	Срок проведения	Возрастная группа
1.	Родительское собрание «Давайте познакомимся»	сентябрь	Средние, старшие возрастные группы
2.	Родительское собрание «Будем здоровы!»	ноябрь	Средние, старшие возрастные группы
3.	Родительское собрание «Кризисы и малыш. Ребёнок, который сводит нас с ума»	январь	Средние, старшие возрастные группы
4.	Родительское собрание «Наказания и поощрения».	март	Средние, старшие возрастные группы
5.	Родительское собрание «Правила. Что такое хорошо и что такое плохо?»	сентябрь	Подготовительные к школе группы (6-7 лет)
6.	Родительское собрание «Семейное воспитание. Подумаем вместе...»	ноябрь	Подготовительные к школе группы (6-7 лет)
7.	Родительское собрание «Скоро в школу мы пойдём».	январь	Подготовительные к школе группы (6-7 лет)
8.	Родительское собрание «Общение – это просто»	март	Подготовительные к школе группы (6-7 лет)
9.	Родительское собрание «Не в первый раз в первый класс».	май	Подготовительные к школе группы (6-7 лет)

Система формирования и развития родительской компетентности

Направленность развития детей	Формы работы с родителями	Содержание	Научно-методическое обеспечение	участники
	Родительское собрание с элементами тренинга	«Давайте познакомимся» Цель: знакомство родителей друг с другом и формирование оптимистического настроения в группе. Ориентация в проблемах родителей. Создание ситуаций взаимодействия	«Методы активного социально-психологического обучения» Н.Т. Оганесян Анкета №6, Анкета №7-«Комплект диагностических материалов по оценке и учету	Участники: заведующий, заместитель заведующего по ВМР, педагоги-психологи, воспитатели возрастных

		и сотрудничества.	индивидуальных особенностей развития детей». Под редакцией академика РАО М.М. Безруких.	групп
Физиологическая	Родительское собрание	«Будем здоровы!» Цель: знакомство с образом жизни других участников группы и выработка реальных «рецептов здоровья».	«Школа жизни» методические разработки социально-психологических тренингов А.С. Прутченков. Журнал «Здоровье дошкольника» №2 2009г. «Здоровье ребёнка - наша общая забота!» И. Стрельцова, И. Вовк. Журнал «Здоровье дошкольника» № 3 2009г. С.Я. Долецкий «Здоровье и счастье». И. Вагин «Мастер-класс Игоря Вагина» Лучшие психотехники. Анкета №8- «Здоровьесберегающая деятельность в дошкольном учреждении» Сундукова А.К., Калайтанова Г.Н. Анкета №9.	Участники: педагоги-психологи, инструктор по физкультуре, медицинская сестра
	Индивидуальные консультации со специалистами	«Определение биологического возраста ребёнка и уровня развития моторики», «Группы здоровья», «Диагностика здоровья и физической активности», «Нейрофизиологическая готовность», «Специфика организации лечебно-профилактических мероприятий».	«Здоровьесберегающая деятельность в дошкольном учреждении» Сундукова А.К., Калайтанова Г.Н. Тест на праворукость, леворукость, кручение, теппинг- тест- «Тесты для подготовки ребёнка к школе» Н.В. Гатанова, Е.Г. Тунина Филиппинский тест- журнал «Здоровье дошкольника» №1, 2008г. Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста, посещающих дошкольные образовательные организации. Раздел 6. Часто	В течение года по запросу родителей, по результатам диагностики. Участники: педагоги-психологи, учителя-логопеды, инструктор по физкультуре, медицинская сестра

			встречающиеся вопросы родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста и типичные проблемные ситуации («вы спрашивали – мы отвечаем!»)	
Стендовая информация: «Копилка родительской мудрости» приложение 1.	Памятки для родителей: «Способы укрепления психологического здоровья»; «Рекомендации для достижения хорошего здоровья от Дейла Карнеги»; «Как облегчить процесс сидения? Что значит правильная посадка?»; «Как правильно чистить зубы?»; «Пища, сказывающаяся на поведении»; «Сонные позы»; «Десять советов родителям».	«Работа с детьми– источник удовольствия» Е. В. Шитова Журнал «Здоровье дошкольника» №2, 2009г. «Здоровье ребёнка - наша общая забота!» И. Стрельцова, И. Вовк. «Воспитание ребёнка от рождения до 10 лет» У. и М. Сирс. Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста, посещающих дошкольные образовательные организации. Разделы 3.2. особенности питания, здорового образа жизни и безопасности детей раннего и дошкольного возрастов. 3.3. значимость режима дня в разные возрастные периоды детства, способы здоровьесбережения в условиях семьи, поддержания в семье здорового образа жизни. 3.4. нормы физического развития для детей дошкольного возраста 3.5. вакцинация детей. 3.6. рациональное питание детей различных возрастов, необходимый для здоровья баланс веществ.	Один раз в две недели	
Библиотека для родителей	Здоровье: физическое, психическое, социальное.	Журналы «Здоровье дошкольника». Журналы «Здоровье школьника». «Беседы о здоровье» Т.А.	В течение всего года	

			Шорыгина. «Помогите малышу подготовиться к школьной жизни» В. Страковская. «Игры, которые лечат» А.С. Галанов. «Его величество ребёнок» А.И. Баркан. «Диалоги о воспитании и здоровье» Т.А. Флоренских.	
	Досуговое спортивное развлечение	«Спартакиада выпускника»- приложение 2. Цель: привлечение родителей к совместной физкультурно-оздоровительной деятельности и повышение их компетентности в воспитании здоровой личности.	«Предшкольное образование»	Участники: инструктор по физкультуре
Социальная (личностная)	Родительское собрание	«Кризисы и малыш. Ребёнок, который сводит нас с ума» Цель: повышение педагогической грамотности родителей в сфере знаний особенностей развития ребёнка в периоды возрастных кризисов; формирование уважительного отношения к личности ребёнка	«Его величество ребёнок» А.И. Баркан. «Психогимнастика в тренинге» под редакцией Н.Ю. Хрящевой. «Психологические и рисуночные тесты» М. Шевченко. Приложение 8.	Участники: педагоги-психологи
	Родительское собрание (семинар-практикум)	«Наказания и поощрения. Цель: обучение родителей знаниям по вопросам применения разнообразных и эффективных методов воспитания ребёнка	«Общаться с ребёнком Как?» Ю.Б. Гиппенрейтер. «Продолжаем общаться с ребёнком. Так?» Ю.Б. Гиппенрейтер. Приложение 9. Анкета 10.	Участники: педагоги-психологи

Родительское собрание (практическое занятие)	«Правила. Что такое хорошо и что такое плохо?» Цель: выработка новых навыков взаимодействия с ребёнком, активизация коммуникаций в семье.	«Общаться с ребёнком Как?» Ю. Б. Гиппенрейтер. «Продолжаем общаться с ребёнком. Так?» Ю.Б. Гиппенрейтер. «Игры в школе и дома» Н.В. Самоукина. Психокоррекционная работа». Практикум по формированию адекватных отношений» В.В. Ткачёва. Приложение 10.	Участники: педагоги-психологи
Родительское собрание (тренинг)	«Семейное воспитание. Подумаем вместе...» Цель: расширение возможностей понимания своего ребёнка; способствование установлению и развитию отношений партнёрства и сотрудничества родителя с ребёнком.	«Психогимнастика в тренинге» под редакцией Н. Ю. Хрящевой. А. С. Прутченков «Школа жизни» методические разработки социально-психологических тренингов. Приложение 11,12.	Участники: педагоги-психологи
Совместный проект-приложение 3.	«Город будущего»	Газета «Школьный психолог» №46,1999г. «Радужные игры» М. Битянова	Участники: педагоги-психологи
Индивидуальные консультации со специалистами	Диагностика личностной сферы.	Тесты «Дом-дерево-человек», «Несуществующее животное», «Рисунок человека». Тест Люшера – «Цветовой тест Люшера» М. Люшер. «Цветовая диагностика эмоций ребёнка» О.А. Орехова. Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста, посещающих дошкольные образовательные организации. Раздел 6. часто встречающиеся вопросы родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста и типичные проблемные ситуации («вы	В течение года по запросу родителей, по результатам диагностики. Участники: педагоги-психологи.

			спрашивали – мы отвечаем!»)»	
Библиотека для родителей	Особенности личности.	«Понимаете ли Вы своего ребёнка» Н.Е. Веракса. «Какой у Вас ребёнок» С. Шелопухо. «Общаться с ребёнком Как?» Ю. Б. Гиппенрейтер. «Продолжаем общаться с ребёнком. Так?» Ю.Б. Гиппенрейтер. «Педагогика для всех» С. Соловейчик. Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста, посещающих дошкольные образовательные организации. Раздел 6. часто встречающиеся вопросы родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста и типичные проблемные ситуации («вы спрашивали – мы отвечаем!»)»	В течение всего года	
Стеновая информация: «Копилка родительской мудрости»- приложение 4.	Памятки для родителей: «Уроки общения с ребёнком»; «Шпаргалка для взрослых»; «Психология для родителей»; «А если е хочет?»; «Сила внимания против детского непослушания»; «мама, малыш и наказания»; «Небольшой психологический практикум для родителей»; «Почему так важно хвалить ребёнка и говорить о его хороших качествах».	«Какой у Вас ребёнок» С. Шелопухо. «Его величество ребёнок» А.И. Баркан. «Любить легко, а попробуй воспитай» А. Бейли. Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста, посещающих дошкольные образовательные организации. Раздел 3.12. коммуникативное развитие и социализация ребенка дошкольного возраста.	Один раз в две недели	
Родительское собрание	«Общение – это просто» Цель: стимулировать потребность родителей в	«Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники»	Участники: педагоги, педагоги-	

		общении со своим ребёнком.	О.Н. Истратова.	психологи.
Психическое развитие	Родительское собрание (игровой практикум)	«Скоро в школу мы пойдём». Цель: повышение эмоциональной чувствительности взрослых к значимым переживаниям ребёнка на пороге школьной жизни, увеличение заинтересованности с специальных игровых упражнения, направленных на развитие психических процессов детей.	«Как научить детей сотрудничать?» Ч. 1,2 К Фопель. «Игры для активного обучения» В.В. Петрусинский, Е.Г. Розанова. «Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники» О.Н. Истратова. «Практическая психология в начальной школе» Р.В. Овчарова. Приложение 13,14.	Участники: педагоги, педагоги-психологи.
	Родительское собрание с элементами тренинга	«Не в первый раз в первый класс». Цель: снижение эффекта тревожности семейной социализации ребёнка в преддверии школьной жизни. Выработка стратегии родителя на основе взаимодействия со специалистами.	«Как научить детей сотрудничать?» Ч. 1,2 К Фопель. Приложение 15,16,17,18.	Участники: педагог-психолог, инструктор по физкультуре, медицинская сестра.
	Библиотека для родителей	Развитие и обучение дошкольника.	Тесты для подготовки детей к школе - «Тесты для подготовки ребёнка к школе» Н.В. Гатанова, Е.Г. Тунина «Энциклопедия подготовки детей к школе» Ю.Б. Гатанов. «Энциклопедия интеллекта» П. Семенченко. Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста, посещающих дошкольные образовательные организации. Раздел 6. часто встречающиеся вопросы родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста и типичные проблемные	В течение всего года

			ситуации («вы спрашивали – мы отвечаем!»)	
Индивидуальные консультации со специалистами	<p>Диагностика познавательной сферы.</p> <p>Диагностика уровня школьной зрелости.</p> <p>Методы коррекции познавательной сферы.</p> <p>Рекомендации по активизации подготовки к школе.</p> <p>Диагностика школьной тревожности.</p>	<p>Тесты: «10 слов» (Лурия), тест Керна-Йрасека, «Корректирующая проба», тест зрительной памяти, тест Когана, «Наложённые контуры», «Матрицы Ровена», «Графический диктант» (Эльконин), тест Векслера, тест школьной зрелости, «Четвёртый лишний», «Закономерности» (модификация Агафоновой).</p> <p>«Психологические тесты» Т1,2 Под редакцией А.А. Карелина.</p> <p>«Тесты для подготовки ребёнка к школе» Н.В. Гатанова, Е.Г. Тунина</p> <p>«Практическая психология в начальной школе» Р.В. Овчарова. Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста, посещающих дошкольные образовательные организации.</p> <p>Раздел 6. часто встречающиеся вопросы родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста и типичные проблемные ситуации («вы спрашивали – мы отвечаем!»)</p>	<p>В течение года по запросу родителей, по результатам диагностики.</p> <p>Участники: педагоги-психологи, учителя-логопеды</p>	
Стендовая информация «Копилка родительской мудрости»- приложение 5.	<p>Памятки для родителей: «Обучения ребёнка и типичные заблуждения родителей»; «Учить без принуждения».</p>	<p>«Как дошкольник относится к школе?» Д.В. Солдатов.</p> <p>«Скоро в школу мы пойдём» О.А. Белобрыкина.</p> <p>Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста,</p>	<p>Один раз в две недели</p>	

			посещающих дошкольные образовательные организации. Раздел 3.20. психологическая готовность к школе.	
--	--	--	---	--

Особенности построения программы родительских собраний.

Педагог осуществляет опосредованное вмешательство в жизнь ребёнка через изменение поведения родителей. Использование эффективных стратегий взаимодействия с детьми, которые родители узнают и усваивают во время встреч, способствуют развитию просоциального поведения и уменьшают проявления отклонений в адаптации к школьной жизни.

Родители учатся правильно идентифицировать поведение своих детей, усваивают и используют основанные на принципах социального научения стратегии взаимодействия: игра, похвала, установление чётких правил, вознаграждение за желаемое поведение, дифференцированное внимание, использование мягкого наказания, такого как тайм-аут или потеря привилегий, «Я»- сообщения, активное слушание, язык принятия и т. д.

В ходе собраний применяется просмотр видеозаписей, демонстрирующих ситуации взаимодействия педагога и детей на занятиях по предшкольной подготовки.

Особое внимание уделяется генерализации приобретаемых навыков. Для этой цели используются домашние задания, тетради взаимодействия с родителями и другие тактики.

Участие в собраниях позволяет родителям пересмотреть свои взаимоотношения в семье, по-новому увидеть возможности их дальнейшего развития.

Построение родительских собраний.

Наблюдая за поведением взрослых, приходящих за своими детьми, видно то, что многие из них испытывают усталость после рабочего дня, некоторые чем-то раздражены, кто-то обременён предстоящими домашними делами. Поэтому в первую очередь для установления контакта важно снять напряжение, создать комфортную психологическую атмосферу. Для этого используется ряд тренинговых методов и приемов. Единое психологическое пространство и сплочение группы создаются при выполнении общей деятельности. Расположение участников в круге лицом друг к другу предоставляет возможности для искренних и неформальных отношений, высказываний по всем обсуждаемым проблемам. Релаксационные восстановительные методы помогают расслабиться.

Разработанные собрания состоят из нескольких блоков:

- Первый блок-знакомство (на первом собрании);
- Второй блок-формирование доверительных отношений;
- Третий блок – лекционный;
- Четвёртый – практический;
- Пятый – релаксационный;
- Шестой - обратная связь (рефлексивный).

Для сбора обратной связи предлагаются следующие вспомогательные техники:

- «Рондо»- обсуждение по кругу каждым участником собрания;

- «Аквариум»- обсуждение частью группы, мало участвующей в общей работе;
- Заполнение анкеты по завершению работы (Приложение №8).

Принципы организации родительских собраний:

Принцип активности. На собрании отсутствует возможность пассивно «отсидеться», большинство упражнений подразумевает включение всех участников

Принцип оптимальности.

Принцип значимости. Тема собрания одинаково значима как для родителей, так и для педагога

Принцип добровольного участия. На собрания приглашаются все взрослые члены семьи. Невозможность присутствия не обсуждается и не критикуется. Родители должны иметь естественную внутреннюю заинтересованность, как правило положительных изменений принудительно не происходит.

Принцип результативности.

Принцип диалогизации взаимодействия, т.е. равноправного и полноценного взаимодействия во время занятий. Такое общение основано на взаимном уважении и доверии.

Принцип усложнения. Каждое задание должно проходить ряд этапов: от минимально простого - к максимально сложному.

Родительское собрание № 1 «Давайте познакомимся»

Материалы: рекламный ролик о дошкольном учреждении, бейджики с именами; цветные маркеры, шаблоны – силуэты, полоски с определениями качеств и свойств девочек и мальчиков, ножницы, скотч, бумага, медали (2 шт.).

По мере прихода родителей на экране идёт рекламный ролик о разнообразной деятельности детей в дошкольном учреждении.

Педагог: Здравствуйте, уважаемые родители! Я очень рада видеть Вас сегодня с такими заинтересованными лицами и в таком составе. Мы начинаем нашу работу с традиционной процедуры знакомства участников.

Упражнение «Визитка»

Педагог: Сейчас каждый из вас оформит свою визитную карточку. В ней нужно указать своё имя, причём вы вправе взять себе любое имя. Его нужно написать разборчиво и достаточно крупно, а потом закрепить свою визитку на груди так, чтобы все могли прочитать ваше имя. И в процессе работы мы будем обращаться друг к другу по именам. У вас несколько минут для того, чтобы Вы сделали визитки. Приступайте.

Родителям предлагаются бейджики двух цветов и разноцветные маркеры.

Педагог: Вы отлично справились с первым заданием. А теперь давайте познакомимся поближе.

Упражнение «Рассказ о себе»

Педагог: Каждый участник сейчас расскажет о себе то, что как вы полагаете интересно для других. А для того чтобы вам было легче, на доске предложен план, на который можно опираться при составлении рассказа.

Перед рассказом назовите себя именем в сочетании с прилагательным.
Говорит тот, у кого в руках мяч. Я начну первая.

Меня зовут (имя + имя прилагательное)...

Героем моего детства был (а)...

Счастливое воспоминание моего детства...

Лучше всего я могу...

Я люблю...

Мне не нравится, когда...

*Родитель рассказывает о себе по предложенному плану,
потом передаётся мяч другому по кругу или по желанию.*

*В это время в кругу участников также находятся люди,
которые являются непосредственными участниками
педагогического процесса*

заведующий, педагог-психолог, воспитатель, учитель-логопед.

Педагог: Спасибо за интересные и искренние рассказы. Как много мы узнали друг про друга. Все мы разные, у каждого свои предпочтения и интересы, характер и привычки. Но, кажется, у всех нас есть общее, как вы думаете, что это?

Ответы родителей.

Педагог: Конечно же, все мы являемся родителями, кто-то мальчишек, а кто-то девочек и теперь давайте познакомимся поближе с теми, ради кого мы здесь собрались. Я предлагаю Вам разделить на две команды. Команда родителей девочек, проходите за красный стол, а команда родителей мальчиков – за синий стол.

Упражнение «Портрет ребёнка».

Педагог: На ваших столах лежат обозначения качеств личности, различных особенностей характера, внешних признаков и соответствующий силуэт ребёнка (мальчика или девочки). За ограниченное время, пока играет музыка, постарайтесь из предложенных свойств и качеств, составить портрет ребёнка, подберите подходящие, по вашему мнению, определения и прилагательные и прикрепите их на шаблон. Если какого-то обозначения не хватает, то Вы можете дописать его на чистом листе. Итак, музыка включена, можете работать.

*На столах лежат, вырезанные шаблоны детских силуэтов, написанные обозначения,
ножницы, двухсторонний скотч, бумага и маркеры.*

Звучит песня «Из чего же, из чего же».

*Во время работы педагог подходит к командам,
интересуется, почему они выбрали то или иное определение,
предлагает помощь по мере необходимости.*

Педагог: Время закончилось. И теперь я попрошу остаться по одному представителю от каждой команды, для того, чтобы аргументировать выбор своей команды.

*Обсуждение выполненного задания: родители, поясняют и
подтверждают правильность своего выбора.*

Педагог: Вы отлично справились и с этим заданием. За то, что вы проявили определённую смелость и умение отстаивать свои позиции и позиции ваших коллег, вам вручается медаль «Главный специалист в воспитании девочек» и «Главный специалист в воспитании мальчиков». Теперь, если у остальных родителей будут возникать вопросы, касающиеся развития или воспитания детей, то все смело могут обращаться не только к специалистам детского сада, но и к вновь избранным специалистам за помощью.

Педагог: Наша первая встреча закончилась. Надеюсь, что она также заинтересовала и вас, так как на ней мы говорили с вами о самом важном для вас, о том, чем вы живёте и о чём думаете, о ваших детях. В течение этого года, Ваш ребёнок будет посещать детский сад. Для того, чтобы правильно спланировать свою работу, нам важно узнать ваше мнение и пожелания относительно работы группы, а также особенности, касающиеся детей. Для этого Вам предлагаются анкеты, заполните их дома. В первой анкете ваши ответы могут быть анонимными, по желанию. Под ответами анкет нужно подписаться

Педагог раздаёт анкеты №6,7 родителям.

Педагог: Мне было очень приятно общаться с Вами. А Вам?

Участники по желанию выражают своё мнение.

Педагог: Благодарю всех за содействие. Тему и дату следующей встречи Вы узнаете из приглашений. До свидания.

Анкета № 6

Уважаемые родители!

Начался новый учебный год, в течение которого Ваш ребёнок будет посещать детский сад. Для того, чтобы правильно спланировать свою работу, нам важно узнать Ваше мнение и пожелания относительно работы с семьей в целом и с ребёнком в частности.

*Ваши ответы могут быть анонимными, по Вашему желанию.
Заранее благодарим за участие!*

1. Кем Вы приходитеесь ребёнку?
2. Что Вас больше всего привлекает в детском саду? (выберите 3-4 пункта):
 - хорошая организация питания;
 - хорошая организация режима;
 - работа по укреплению здоровья детей;
 - хорошее состояние помещений детского сада и прилегающей территории;
 - хорошее отношение педагога к ребёнку;
 - высокий уровень материально-технического оснащения;
 - высокий профессиональный уровень сотрудников;
 - детский сад недалеко от дома или работы;
 - хорошая подготовка ребёнка к школе;
 - другое _____
3. На шкале от 1 до 10 отметьте степень своей удовлетворённости:

- от пребывания ребёнка в детском саду;

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

-удовлетворение, которое получаете вы от общения с педагогами

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

4. Какую тему Вы обязательно пришли бы обсудить на родительском собрании:
 1. Ребёнок и психология семьи.
 2. Конкретно поговорить о моём ребёнке.
 3. Роль родителя при подготовке детей к школе. Как себя правильно вести?
 4. О воспитании.
 5. О здоровье.
 6. О преодолении детских капризов, противостояниях.
 7. Наказания и поощрения.
 8. Понимаем ли мы друг друга?
 9. Другое _____
5. Что понравилось или не понравилось Вам как родителю в организации работы с детьми, при просмотре рекламного ролика?

Спасибо за искренность и сотрудничество!

Анкета №7

Уважаемые родители!

Расскажите о своем ребенке. Ответ нужно дать на все вопросы.

Ф.И.О.

родителя _____

1. Что больше всего любит делать Ваш ребенок?

2. В какие игры любит играть Ваш ребенок: подвижные, настольные, компьютерные, сюжетно-ролевые, другие?

3. С кем любит играть Ваш ребенок (один, со сверстниками, со взрослыми)?

5. Что может вызвать у него наибольшую радость?

5. Какие виды деятельности даются трудно?

6. Что у ребенка может вызвать обиду?

7. Какие действия и поступки вашего ребенка Вас беспокоят?

Вызывают Ваше неодобрение? _____

8. В каких ситуациях Вы чувствуете, что бессильны, и стараетесь их избежать?

9. Часто ли капризничает Ваш ребенок?

10. Какие проблемы воспитания, отношений с ребенком, готовности к школе и школьного обучения интересуют (или волнуют) Вас больше всего?

*Ваши ответы на вопросы этой анкеты помогут нам лучше узнать
и понять Вашего ребенка.
Спасибо.*

Родительское собрание №2.

«Будем здоровы»

Материалы: бейджики с именами, заполненные на первом собрании, плакаты с высказываниями о здоровье и резюмирующими выражениями (приложение б), доска магнитно-маркерная.

Заранее родителям предложены анкеты №8,9 для анализа родительской компетенции по теме собрания.

Педагог: Я очень рада, что сегодня вы пришли на нашу встречу, которая посвящена очень важной теме, теме здоровья. Здоровье - основа плодотворной жизни, позитивного отношения к миру. Ведь если у человека слабое здоровье, то всё остальное отходит на второй план, так как очень трудно получать полное наслаждение от жизни, когда есть проблемы со здоровьем. Сегодня мы постараемся разобраться с вами в своём отношении к здоровью, чем мы можем помочь себе и своим детям в отношении собственного здоровья.

Игра: «Назови существительное»

Педагог: У меня в руках небольшое сердечко. Оно, конечно же, не настоящее, но в предстоящем задании это будет символом здоровья. Сейчас тот, у кого в руках сердечко подберёт к слову здоровье подходящее, на его взгляд, существительное. Если вы не возражаете, то я начну первая: здоровье - это гармония, т.е. спокойствие и равновесие.

Передавая сердечко, по кругу, родители называют свои определения здоровья.

Педагог: Все ваши высказывания абсолютно верны. Физическое здоровье - привычный вопрос для обсуждения. А что мы знаем о психическом здоровье, о его связи со здоровьем физическим, о влиянии благополучия на процессы развития и малыша и взрослого? По данным Всемирной организации здравоохранения: «Здоровье – это совокупность физического, психического, социального здоровья». Ведь личность формируется в обществе, в котором человек общается, общаясь, познаёт других, а через них и себя самого. Познавая себя, он точнее себя оценивает. Точнее, оценивая себя, лучше регулирует своё поведение. Чем лучше себя ведёт, тем охотнее с ним общаются, а от этого у него больше радости. Радостный человек скорее выздоравливает. Значит, закон: «В здоровом теле - здоровый дух» можно прочитать и в обратной последовательности...

Практическое упражнение

«Десять заповедей здоровья, или рецепт долголетия».

Педагог: Вы, конечно, слышали или читали о том, что в мире существуют различные медицинские школы, которые работают над проверкой и составлением различных оздоровительных систем. Правда, они зачастую очень противоречивы. Так, одна школа рекомендует пить перед едой небольшое количество жидкости, а другая, наоборот, категорически запрещает делать это. А что делать простым людям, нам с вами, которые не имеют медицинского образования или знакомого врача? Остаётся прислушиваться к мнению людей, которые живут рядом и довольно долго. Это долгожители, у которых кроме долгих лет за плечами огромный жизненный опыт. Давайте сейчас представим себя долгожителем и составим свой свод из нескольких заповедей здоровья. Каждый из вас в течение 3 минут будет составлять собственные заповеди. А потом мы соберёмся в общий круг, заслушаем друг друга и как совет старейшин выработаем обобщённый перечень из 10 заповедей, или рецепт

долголетия для взрослых и детей. Причём, чем больше ваших заповедей войдёт в обобщённый перечень, тем выше степень Вашей «мудрости». Есть смысл побороться за звание «самого мудрого долгожителя». Итак, начали.

*Участники на первом этапе работают индивидуально,
а затем организуется обсуждение в большом кругу.*

Во время обсуждения, обобщённый перечень записывается на доске.

В конце вручается медаль «Самый мудрый долгожитель».

Педагог: Я думаю, что у нас получился неплохой свод заповедей здоровья. Но все же нам следует помнить, что это советы друзей, но не квалифицированных специалистов. Это означает, что к ним можно прислушиваться, но, ни в коем случае не использовать без серьёзной консультации врача, тем более, если советы касаются действительных заболеваний. Именно поэтому, сегодня у нас в гостях находится квалифицированный специалист...

*Педагог представляет приглашённого специалиста,
в качестве, которого может быть: врач- педиатр из поликлиники,
медсестра дошкольного учреждения, инструктор по физкультуре.*

(Тематические выступления специалистов - приложение 7).

Педагог: Мне хотелось бы поблагодарить за выступление нашего гостя.

Техника «Победа над болью» или «Костёр боли» (модификация).

Педагог: Но прежде, чем мы закончим работу, предлагаю выполнить одно небольшое задание. Каждый из вас возьмёт листок и в течение 2х минут, подумав над тем какие ассоциации, вызывает слово «болезнь», нарисует конкретный образ на листке или напишет его. Например, ползущая змея, слёзы, огорчения и др.

*Бумага должна быть чёрного, красного или коричневого цвета,
т. е. цвета, который вызывает тревогу. После выполнения задания участникам
предлагается уничтожить свои листки, любым из удобных способов:
сжечь, порвать, выбросить.*

Педагог: Наша встреча подошла к концу. Мне было очень приятно работать с вами. Спасибо за сотрудничество и откровенность.

Анкета №8

для выявления уровня здорового образа жизни в семье

1. Каково состояние Вашего здоровья?
 - а) очень хорошее
 - б) хорошее
 - в) нормальное
 - г) плохое
2. Каково состояние здоровья Вашего ребенка?
 - а) хорошее
 - б) нормальное
 - в) плохое
3. Когда в последний раз проверяли состояние своего здоровья?
 - а) в этом месяце
 - б) в этом полугодии
 - в) в этом году
 - г) более года назад
 - д) не помню
4. Когда в последний раз проверяли здоровье ребенка?
 - а) в этом месяце
 - б) в этом полугодии
 - в) в этом году
5. Вы занимаетесь физкультурой и спортом?
 - а) постоянно
 - б) часто
 - в) очень редко
 - г) не занимаюсь
6. Ваш ребенок занимается физкультурой и спортом?
 - а) постоянно
 - б) часто
 - в) очень редко
 - г) не занимается
7. Вы употребляете спиртные напитки?
 - а) не употребляю
 - б) очень редко
 - в) часто употребляю
8. Вы курите?
 - а) нет
 - б) очень редко
 - в) часто
 - г) бросил
9. Считаете ли Вы свое питание рациональным?
 - а) да
 - б) отчасти
 - в) нет
 - г) затрудняюсь ответить
10. Считаете ли Вы питание своего ребенка вне д/сада рациональным?
 - а) да
 - б) отчасти

- в) нет
 - г) затрудняюсь ответить
11. Как Вы проводите свой отпуск?
- а) на море
 - б) дома
 - в) в санатории
 - г) в деревне
 - д) когда как
12. Как Ваши дети проводят досуг?
- а) у бабушки
 - б) гуляют во дворе
 - в) смотрят телевизор
 - г) с друзьями
- Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни?
- а) да
 - б) нет
 - в) затрудняюсь ответить
14. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?
- а) из специальных книг
 - б) из средств информации
 - в) из беседы с _____
 - г) в д/саду
15. Вы ведете здоровый образ жизни?
- а) да
 - б) отчасти
 - в) нет
 - г) затрудняюсь ответить
16. Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям?
- а) да
 - б) затрудняюсь ответить
17. Если прививаете, то каким образом?
- а) с помощью бесед
 - б) личным примером
 - в) совместно
18. Какие консультации Вы хотели бы получить по поводу физического развития Вашего ребенка?

Анкета №9
Уважаемые родители!

Ф.И.О.

родителя _____

Отметьте, пожалуйста, крестиком те вопросы, которые, как Вам кажется, относятся к Вашему ребёнку. Если у Вас возникнут какие-нибудь замечания, вносите их в графу пояснения. Спасибо!

Сейчас или прежде Вы замечали у ребёнка

Пояснения

Нарушения питания, боли в животе, рвота

Лишний или недостаточный вес

Запоры, поносы

Недержание мочи ночью или днём

Сверхвысокая двигательная активность

Неловкость, часто ранит себя

Гримасничанье, подёргивание лица

Раскачивания туловищем, движения головой

Частые головные боли

Недостаточное зрение или слух

Речевые проблемы

Обмороки, нарушения кровообращения

Частые покраснения

Повышенная чувствительность кожи

Сексуальные проблемы или необычные особенности

Сильно желание сосать

Кусание ногтей, выдёргивание заусениц

Жевания предметов, закручивание волос

Скрежетание зубами

Особое желание спать, повышенная утомляемость

Потребность в отдыхе

Нарушения сна, кошмарные сновидения

Частое желание спать с родителями

Страх темноты, спит только со светом

В целом пугливый(ая), особые страхи

Повышенная чувствительность к шуму

Повышенная чувствительность к запахам

Очень чувствительный(ая) к грязи

Аккуратный(ая)

Дисциплинированный(ая)

- Болезнь в семье возникла, в семье развивалась и семьёй должна лечиться.
- В здоровом теле - здоровый дух. Но радость, счастье, невозможные вне любви и взаимопонимания с окружающими, способствуют излечению от самых тяжёлых недугов и болезней.
- Здоровье - не всё, но всё без здоровья – ничто.
- Лечение и учение идут рука об руку, ибо дефицит информации приводит к дефициту времени, дефицит времени - к дефициту эмоций, дефицит эмоций – к дефициту здоровья.
- Душевное здоровье- это возможность жить полноценной жизнью. *М. Палохеймо, финский врач.*
- Что человек сделал, то у него и есть. *В. Каппони, психолог.*
- Кто, если не вы? Когда, если не сейчас?
- Человек может ответить на все вопросы сам.
- Спокойствие приносит здоровье. Здоровье приносит долголетие. А в долголетию - заключается счастье. *Китайская мудрость.*

Сообщение педагога
Тема: «Здоровье и счастье»

Каким вы хотите видеть своего ребенка? Отвечая на этот вопрос, любой человек обязательно начнет со здоровья и счастья, потом, видимо, добавит, что хочет, чтобы сын или дочь выросли талантливыми и умными, добрыми и порядочными. Скажет о красоте - если речь идет о девочке. Все понятно, все правильно! Но попробуйте спросить: а как этого добиться? Вот тут-то многие и окажутся в затруднении: все, мол, зависит от случая, удачи, обстоятельств... Конечно, случай играет порой немалую роль.

Но моя задача - осветить другую сторону проблемы, поговорить о том, что в судьбе ребенка зависит от родителей. Некоторым читателям может показаться, что речь в статье пойдет о вещах очень простых и слишком известных. Но как мало мы вспоминаем об этих, казалось бы, прописных истинах!

Режим. Среди многих справедливых обращений родителей к врачу выделим те жалобы, которые имеют общий источник.

«Мой ребенок ужасно раздражителен, груб, плохо спит. Худой». (Далее следует подробное изложение общеизвестных жалоб, связанных с детской нервозностью.)

«Каждый месяц у сынишки насморк или ангина. Мальчик простужается, если хоть минуту посидит у открытой форточки. У него часто болят уши...».

«Дочь очень устает, перегружена учебой. Занимается, едва вернувшись из школы и до самой ночи. Ни на что не хватает времени...».

Остановимся! При ближайшем рассмотрении оказывается, что в большинстве случаев в семье просто отсутствует дисциплина, не соблюдается режим, питание сумбурное или, напротив, чрезмерное. Дети недосыпают, мало двигаются, редко бывают на воздухе и, как правило, не несут по дому никаких обязанностей.

Есть, конечно, и другие причины. Если ребенок очень нервный, подумайте: не испытывает ли он чувства одиночества? Возможно, занятые родители уделяют ему мало времени? Если же они сами люди угрюмые, суровые, таким невольно становится и ребенок. Он мнителен, постоянно прислушивается к тому, что в нем происходит. Самое печальное (это, кстати, доказано медициной): мнительный, трусливый, подозрительный человек способен действительно вызвать в своем организме серьезное заболевание!

Сложнее с теми, кто переутомляется. Таким детям родители должны помочь в организации режима дня. Как это сделать? Расписать на бумаге основные дела, заполняющие 24 часа в сутки: сон, занятия в детском саду, домашние задания, дополнительные занятия, выполнение дел по дому...

Полезно определить и ритм выполнения домашних заданий. Шаблона тут быть, конечно, не может. Бесспорно лишь, что каждые 30 минут следует переключаться на какое-нибудь другое дело... Грохочущее радио, включенный магнитофон или телевизор не помощники!

Привычки. В первые годы жизни ребенок приобретает много привычек. Сформировать их несложно, а вот избавиться от них очень трудно. Недаром говорят: «Привычка - вторая натура!». Возьмем, например, тот же режим - он экономичен, рентабелен, полезен для здоровья, воспитывает и дисциплину, и волю ребенка. Но нельзя же делать из него догму! Если частичное нарушение распорядка не будет мешать его сути, то режим можно и даже должно нарушать. Подумайте, в скольких семьях день начинается с самоистязания, с испорченного настроения: родители никак не могут заставить детей проснуться, будильники ставят с запасом на 10, а то и на 30 минут, «чтобы полежать».

И все это ради сладкого чувства дремотного пробуждения! Так почему же не оставить это удовольствие, словно мороженое, на воскресенье? Бог с ним, с режимом!

Одна маленькая девочка спросила меня: «Почему все полезное - неприятное, а все приятное - вредно?!». В человеке от природы заложено биологическое стремление к приятному и устранению себя от неприятного, трудного, опасного. Однако в процессе эволюции человек научился за приятным различать вредное и опасное, а за неприятным - полезное и необходимое. Очевидно, один из источников прогресса отдельных людей и общества в целом как раз и заключается в понимании столь простой истины. Но, чтобы пересилить свою «вторую натуру», необходимо развивать и непрестанно тренировать способность к преодолению трудностей, выполнению неприятного, но необходимого дела, умению владеть собой, своими желаниями. Для этого человек должен иметь волю. Подобно физической силе или уму, воля отпущена людям в одинаковой пропорции. Как это ни странно, воля, относясь к категории психической, тем не менее поддается тренировке.

Безвольный человек, особенно если он неглуп, страдает от понимания своей ущербности. Он уступает менее способным, но волевым людям, трудится для них или вместо них, не получая при этом удовлетворения. Он лишается высших радостей, обрекая себя на радости второго, низшего сорта.

Сон. Во время быстрого роста и развития недосыпание крайне опасно. Если ребенок недоедает, он начинает худеть. При недостатке же сна внешних признаков может и не быть. Утомляемость, раздражительность, ухудшение памяти не самые главные его последствия. Все мы знаем, что во время сна мозговые клетки, подобно электроаккумулятору, восполняют затраченную энергию. Так вот, «недозарядка» этих клеток может поначалу проявиться обычным нервным расстройством, а позднее - серьезным соматическим заболеванием, возникшим вследствие расстройства нервной системы. Значит, ребенок должен спать свою норму. И родителям необходимо помочь ему в этом. Спокойные последние полчаса перед сном, без шумной музыки, телевизора, веселья. Никакой торговли («Мама, ну еще пять минуточек!..»), «Мать, видишь, он не хочет спать; пусть посидит с нами еще четверть часа!»). Ребенок отправляется спать или сам, посмотрев на часы, или после одного-единственного напоминания: «Поцелуй маму и папу. Пора». Форточку лучше открыть за 10-15 минут до этого, чтобы воздух в комнате стал прохладным.

Питание. Внимания требуют обе группы детей: и с пониженным, и с повышенным аппетитом. Ребенок плохо ест? В этом, если нет серьезного заболевания, виноваты родители. Большею частью здесь помогают спокойствие и терпение. Строго соблюдайте правило: между завтраком и обедом, обедом и ужином не давать ничего, кроме воды. Более вкусные или любимые блюда можно предлагать лишь после того, как съедена обычная пища.

Вторая группа детей - «обжоры». Как ни странно, они нередко даже доставляют удовольствие родителям: «Смотрите, какой он у нас богатырь!». Однако постепенно избыток веса делает ребенка малоподвижным. Клички «сало» или «пузан» не вызывают у него обиды, слез: в связи с полнотой дети становятся чуть флегматичными. Но самое неприятное заключается в том, что они на всю жизнь приобретают привычку есть помногу. И толстеют, наживая многие заболевания, присущие именно полным людям.

Гигиенические навыки. Стоит ли писать о них? Стоит! Правильная и длительная (одна-две минуты) чистка зубов, полоскание рта после каждой еды, мытье, как минимум, до пояса - все это серьезное дело, которое надо выполнять аккуратно и ежедневно.

Утренняя зарядка, водные процедуры увеличивают сопротивляемость организма. Нас порой удивляет, что ребенок, получающий и прекрасное питание, и витамины в избытке, ребенок, над которым трясется толпа родных, предупреждая опасное влияние сквозняков, «грязной» воды и прочих ужасов, без конца болеет... «Он у нас такой слабенький», - говорят родные. А

вот другие дети, растущие в коллективе, бегающие в мороз без шапки, с распахнутым воротником, живущие в более скромных условиях, заболевают редко.

Защитные силы организма повышаются, если тренировать все системы: сердечно-сосудистую, легочную, мышечную, костно-суставную... Именно поэтому для одного ребенка промочить ноги - это гарантированный насморк, для другого, бегающего с первых шагов жизни босиком, дождь не страшен: у него натренированы защитные «противопростудные» механизмы.

Человек силен своими резервами! Многие ошибочно понимают слово «резерв» примерно так - запас консервов. Для человеческого организма понятие это имеет иной смысл. Резерв выносливости, сопротивляемости, здоровья, сил, а также многих нравственных критериев (смелости, порядочности, принципиальности) может быть в наличии лишь при одном условии: когда он непрерывно подвергается серьезным испытаниям, проверкам, нагрузкам. Коль скоро вы ежедневно не ходите быстрым шагом или не бегаєте, то попытка пробежаться вызовет одышку...

Наверное, особая польза физической культуры заключена и в том, что она предъявляет организму «пиковые» нагрузки, рождаемые тренировками, упорством, неуклонными волевыми усилиями. Не обсуждая отрицательных сторон сверхперегрузок для растущего организма, отмечу, что мысль академика Н.М. Амосова о «пиковых нагрузках» в любой деятельности организма глубоко прогрессивна.

Работа. Работа может стать источником продолжительного и стойкого здоровья, ощущения счастливой жизни или, наоборот, раннего и тяжелого заболевания, прозябания по принципу «день прожит –и ладно!..». Здесь многое зависит от отношения человека к тому, что он делает. А это формируется с детства. В одной семье первые попытки малыша помочь матери в ее работе по дому или на кухне находят резкий отпор: «Не путайся под ногами, разобьешь здесь что-нибудь, да и сам обожжешься. Иди, отдыхай, успеешь наработаться». Если же ребенку дается поручение, то лишь как наказание за провинность или я исправления ошибок.

В другой семье все домашние дела выполняются с участием малыша, а затем и подростка. Родители учат его всему тому, что пригодится в жизни. Вытрет клеенку или лужу на полу - станет аккуратнее. Почистит пальто, «случайно» попавшее в лужу, - будет осторожнее. Станет постарше: пришьет пуговицу и вешалку - поймет, что оборвать что-то гораздо легче, чем пришить; вымоет посуду, погладит белье, почистит ботинки, и сделает это не только себе, но и ей семье, - проявит заботу об окружающих. Вынесет помойное ведро, сбегает в прачечную и химчистку- что ж, это разумное разделение обязанностей! Так в семье возникает дружная атмосфера – она рождает уважение к труду.

Задача родителей. Многих ошибок, допускаемых родителями, бабушками и дедушками, можно избегать, если вместо неконтролируемых эмоций выражать деловое отношение к ребенку. Полезно сказать себе: «Нельзя всю имеющуюся у нас энергию бросать на это маленькое существо - ласкать, любить, руководить, ограждать, наказывать, воспитывать, обеспечивать... Всего этого он выдержать просто не в состоянии. Вести себя таким образом - значит думать лишь о себе, о своем удовольствии, а не о его пользе».

Представьте, что перед вами вовсе не ваш, а чужой ребенок, из которого вы решили вырастить здорового, хорошего, счастливого человека. Начиная с этого момента, все встанет на свое место. Будет меньше восторгов и меньше придирок. Больше спокойствия и больше дружбы. Вы сумеете вместо гениальности видеть просто некоторые способности, вместо хулиганства - шалость, а вместо смертельной болезни легкое недомогание. Почти всем родителям в отношениях со своими детьми недостает шуток и улыбки. Почему? Ребенок нам настолько дорог, мы так его любим, что здесь не до улыбок: он наша безраздельная собственность, которую мы холим, неким, ревнуем и... портим. А он вовсе и не собственность! Вначале он быстро растущее существо, затем маленький человек, жадно усваивающий понятия и навыки; позднее, если вы сумеете это заслужить, он станет вашим

другом. А не сумеете - так и врагом. И еще через очень короткий отрезок времени отпochкуется он от вас в самостоятельную семейную ячейку и будет с сожалением смотреть на ваши недостатки, которыми вы наградили и его... Поэтому *торопитесь делать свое родительское дело с горячим сердцем, но с холодной и трезвой головой.*

В чем же состоит это дело?

Предупреждение заболеваний. Воспитывайте спокойного, волевого ребенка. Он меньше будет подвержен возможным травмам, а гигиенические навыки уменьшат вероятность заболеваний.

Внимание к жалобам ребенка. Одни родители истерически активны: небольшой прыщик на коже любимого чада служит основанием для изучения Большой медицинской энциклопедии. Другие поразительно равнодушны и невнимательны. Ссылки на занятость, «повышенную стыдливость» их детей лишены основания.

Точное выполнение назначений врача. Многие считают, что их жизненный опыт и познания в медицине, почерпнутые из популярных журналов, от знакомых или от собственных родителей, дают им право поправлять рекомендации лечащего врача. Изменения, дополнения или отклонения от советов участкового врача проводятся по разным причинам: «Наш врач такой молодой... Что он может знать!», «Моя мама (тетя, бабушка, соседка по квартире) вылечивала всех знакомых без этих лекарств!». Громадная энергия часто затрачивается на поиски и приобретение новейших препаратов или модных «народных» средств.

Ну и самое главное. Родители, стремитесь как можно больше времени проводить с ребенком!

Счастье и здоровье... Почему люди связывают эти понятия? Высшая ступень удовлетворения, радость бытия, полное довольство - счастье, но разве это постоянное ощущение? Нет! Оно набегаёт на человека волнами, вспышками, когда он преодолел трудность, решил сложную задачу... Но вот прошла радостная волна, и человек начинает ощущать свое физическое и моральное состояние - полноту энергии, сил, возможностей. Он здоров! Условиями счастья и здоровья служит не только определенный (оптимистический) склад характера или тренированная воля, которая поможет человеку идти в правильном направлении, сопротивляясь всему дурному. Необходимо еще нравственное его воспитание, а позднее - признание его заслуг обществом.

Жизнь показывает: счастье и здоровье могут совпадать, как выигранный билет лотереи, - вот она, роль случая! Однако чаще всего их добывают с раннего детства, и средство для этого радостного совпадения одно: правильное воспитание.

Вот и получается, что воспитание, здоровье, счастье связаны между собой неразрывно.

Сообщение врача-педиатра Тема: «Коррекция плоскостопия»

Плоскостопие приносит ребенку много неприятностей: с ним связаны быстрая утомляемость, боли в области позвоночника, в тазобедренных суставах, коленях и ступнях. В результате ребенок меньше двигается, старается больше сидеть, а следовательно, не получает полноценной физической нагрузки. Требуются значительные усилия, чтобы освободиться от этого недуга. Как показывает практика, гораздо легче предотвратить возникновение плоскостопия, чем его вылечить. Регулярное выполнение комплекса несложных упражнений для свода стопы (проводятся босиком) - хорошая профилактика этого заболевания.

Рекомендуемые упражнения

Массаж стоп. Поглаживание и растирание (основанием ладони, полусогнутыми пальцами) стопы от пальцев к пяточной области. Массируются также голени - от стопы к коленному суставу. (Массаж можно проводить и при появлении чувства усталости в ногах после напряженной мышечной работы.)

И.п. Ребенок лежит на спине ногами к взрослому.левой рукой надо взять левую ногу ребенка так, чтобы голень легла между большим и указательным пальцами. Большим пальцем правой руки круговыми движениями энергично растираем ступни (указательный и средний пальцы отогнуты к наружной поверхности стопы) (2—4 минуты). Затем то же, но правой рукой правую ногу.

«Сборщик». Сидя на полу (ноги полусогнуты в коленях), ребенок пальцами одной ноги собирает мелкие предметы, разложенные на полу (ластики, бумажные шарики, карандаши, губки и т.д.), и складывает их в кучку (1-2 минуты). Затем упражнение выполняется другой ногой.

«Художник». Ребенок карандашом, зажатым пальцами ноги, рисует на листе бумаги различные фигуры, придерживая лист второй ногой (30-50 секунд). Затем упражнение выполняется другой ногой.

«Гусеница». Ребенок сидит на полу, колени полусогнуты, пятки прижаты к полу. Сгибая одновременно пальцы обеих ног, продвигает пятку вперед (30-50 секунд).

Ходьба на пятках, на внутренней и наружной стороне стопы (по 30-50 секунд), на носках; **бег** с максимальной скоростью на короткие дистанции (до 30 м), **упражнения с гантелями** весом 1 кг (приседания, выпады вперед левой и правой ногой), **семенящий бег** (2-4 раза по 5 секунд) также полезны для профилактики плоскостопия. Наоборот, продолжительная ходьба по твердому грунту, длительные стояния, переноска тяжелых предметов провоцируют чрезмерную нагрузку на стопы.

Для коррекции плоскостопия полезны **спортивные игры** (футбол, волейбол, гандбол) на открытом воздухе как в осеннее и весеннее время, так и зимой (например, футбол на снегу).

Помимо физических упражнений необходимы **ежедневные ванны** (температура воды 36-37 °С) для ног (1-1,5 минуты).

Упражнения для укрепления мускулатуры ног и свода стопы (проводит воспитатель по ФК)

Катайте мячик. Посадите ребенка на пол или табуретку и поставьте его ступню на теннисный мячик. Пусть ребенок катает его ступней то к носку, то к пятке двумя ногами попеременно.

Игра в шарики и кольца. Посадив ребенка на пол, разложите перед ним в линию десять колец, перед кольцами положите по шарик. Ребенок опускает шарики в кольца поочередно: пять раз - пальцами правой ноги, пять раз - левой; затем вынимает шарики руками и кладет их перед кольцами. Потом берет кольца и опускает их на шарики.

Скатайте чулок. Посадите ребенка на пол или на табурет, разложите перед ним чулок или платок. Выдвинув вперед одну ногу и распрямив пальцы, малыш должен ухватить ими чулок (платок) и часть его подложить под ступню; затем снова распрямить пальцы и подложить еще

одну часть чулка (платка). Так следует повторять до тех пор, пока весь чулок (платок) не исчезнет под стопой. Сначала это упражнение делается одной ногой, потом второй, а под конец двумя ногами одновременно.

Танец на канате. Начертите мелом линию на полу. Пусть ребенок попробует пройти по ней, удерживая равновесие (руки в стороны). Ребенок может представить, что танцует на проволоке. Одну ступню надо ставить вплотную перед другой, колени сгибать нельзя. Ни в коем случае нельзя ставить ногу рядом с линией, а то можно «упасть вниз»!

Играйте в мяч ногами. Два ребенка садятся на пол один напротив другого и, слегка откинувшись назад, опираются на руки. Потом берут ногами теннисные мячи и начинают перебрасывать их. Ловить мяч руками нельзя.

Сообщение врача-педиатра
Тема: «Профилактика нарушения зрения»

Цель. Знакомить родителей с гимнастикой для глаз, с самомассажем биологически активных точек на лице; разучивать комплекс упражнений для сохранения зрения у детей.

Острота зрения во многом зависит от общего здоровья ребенка, поэтому общеукрепляющие игры на открытом воздухе, катание на лыжах, коньках, велосипеде, плавание полезны и для глаз. Однако в наше время все чаще даже у здоровых детей зрение ухудшается, особенно с началом обучения в школе. Почему так происходит? Причины снижения остроты зрения различны, но специалисты выделяют, прежде всего, вредное влияние длительного чтения, просмотра телепередач, занятий на компьютере.

Для сохранения зрения рекомендуется выполнять следующие правила: не читать в сумерках и лежа в постели, избегать мелкого шрифта, держать книгу на расстоянии 30-37 см от глаз, через каждые 20-30 минут зрительной работы посидеть с закрытыми глазами 1-5 минут и расслабиться, не смотреть долго на очень яркий свет.

Кроме того, необходимо регулярно выполнять комплекс специальных упражнений для глаз. Их лучше делать утром в течение 2-4 минут, сидя в удобной позе (голова опирается на спинку стула, мышцы максимально расслаблены). Комплекс позволяет предотвратить нарушения зрения примерно в 60 случаях из ста. Познакомьтесь с этими упражнениями.

Комплекс упражнений для глаз (проводит воспитатель по ФК)

Движения глазами вправо и влево. Выполнять движения до предела, но без чрезмерного напряжения, максимально медленно (*4-6 раз в каждую сторону*). Закрывать глаза и расслабить мышцы (*30-40 секунд*).

Движения глазами вверх и вниз. Выполнять медленно, с максимальной амплитудой, голову не наклонять (*4-6 раз в каждую сторону*). Закрывать глаза и расслабить мышцы (*30-40 секунд*).

Фиксация взгляда на кончике носа. Выполнять, максимально расслабив мышцы, дыхание спокойное и ровное (*10-20 секунд*). Закончив упражнение, закрыть глаза и расслабиться (*30-40 секунд*). Если чувствуется усталость, время отдыха увеличить.

Движения глазами яблоками сначала по часовой стрелке, а затем против нее плавно, без рывков (*3 вращения в каждую сторону*). Голова при этом должна оставаться неподвижной. Закончив упражнение, закрыть глаза и расслабить мышцы тела (*30-40 секунд*).

Моргания. Быстро сжимать и разжимать веки (моргать) (*15-20 секунд*). После этого закрыть глаза, расслабиться (*30-40 секунд*). Моргание полезно выполнять после длительного чтения, а также после каждого упражнения для глаз.

Чтобы повысить интерес ребенка к тренировке зрения, занятия можно организовать в занимательной форме. Например, при движении глазами вправо и влево предложите ребенку представить себя напольными часами и поиграйте с ним в игру «Маятник». При движении глазами вверх и вниз перемещайте перед ребенком яркую игрушку, чтобы он следил за ней глазами. Проявите выдумку и подойдите к занятиям максимально творчески!

Сообщение врача-педиатра

Тема: «Профилактика нарушения осанки»

Цель. Знакомить родителей с причинами, влияющими на нарушения осанки; разучивать комплекс ЛФК при нарушениях осанки; знакомить с оборудованием для профилактики нарушения осанки (мячи, гимнастические палки, массажеры и т.д.).

Больше внимания осанке Дошкольный возраст - период формирования осанки. В этом возрасте формирование структуры костей еще не завершено, скелет в большей степени состоит из хрящевой ткани, кости недостаточно крепкие, в них мало минеральных солей, мышцы-разгибатели развиты недостаточно, поэтому осанка у детей неустойчива, легко нарушается под влиянием неправильного положения тела.

Отчего может нарушиться осанка? Таких причин много, назовем лишь некоторые.

1. Мебель, не соответствующая росту ребенка, особенно когда он долгое время проводит в вынужденной позе. Поэтому нужно помнить о необходимости соответствия стульев и столов росту ребенка, как в детском саду, так и дома, а также не мешать ребенку больше времени проводить в свободной позе (лежа на ковре, например), как это принято во многих зарубежных дошкольных учреждениях и школах.

Постоянное придерживание ребенка при ходьбе за одну и ту же руку.

Привычка стоять с опорой на одну и ту же ногу. При правильной ходьбе масса тела равномерно распределяется на обе ноги (способ проверки: поставьте ребенка на разные напольные весы, так чтобы одна нога была на одних весах, другая - на других, и посмотрите показания).

О равномерном распределении массы тела можно говорить тогда, когда ступни при ходьбе параллельны. Вот почему для формирования правильной ходьбы ребенка надо ставить в такую ситуацию, чтобы его ноги были параллельны друг другу, например, тренировать в ходьбе по узким дорожкам, доскам, стесанному бревну. Если ребенок уже выполнял соответствующие упражнения и у него все в порядке с координацией, то он в состоянии пройти вдоль палки или вдоль веревки.

Неправильная поза при сидении (наклонившись вперед, закинув руки за спинку стула, подложив под себя ногу).

Неправильная поза во время сна (спит, поджав ноги к животу, свернувшись калачиком и пр.). Спать нужно на жесткой постели, опираясь на нее костными выступами; при этом мышцы не должны быть в состоянии постоянного напряжения, поэтому нужен мягкий матрас и подушка. Лучше, если подушка находится между щекой и плечом, она может быть даже достаточно мягкой, но небольшой. Лучшая поза для сна - на спине, с разведенными в стороны руками, согнутыми в локтевых суставах.

Нарушения осанки чаще развиваются у *малоподвижных, ослабленных детей с плохо развитой мускулатурой*, поэтому необходимы гимнастические упражнения для укрепления тех мышц, которые обеспечивают хорошую осанку.

Неправильная осанка не только неэстетична, но и неблагоприятно сказывается на положении внутренних органов. Сутулая спина затрудняет нормальные движения грудной клетки, слабые брюшные мышцы тоже не способствуют углублению дыхания. Следствие - меньшее поступление кислорода к тканям.

Очень важно следить за осанкой дошкольника и воспитывать умение правильно сидеть и стоять. Сидение - не отдых, а акт статического напряжения. Дети при сидении, в отличие от взрослых, производят значительную мышечную работу.

Мышцы-разгибатели (особенно если их не укрепляли раньше) еще слабы, поэтому дети от сидения быстро устают и стараются быстрее изменить позу или встать, чтобы подвигаться. Мы, взрослые, часто не понимаем этого и ругаем детей за неусидчивость.

Комплекс упражнений, формирующих правильную осанку (проводит воспитатель по ФК)

И.п. - о.с, руки к плечам. Согнутыми руками совершать круговые вращения вперед (кисти от плеч не отрывать), затем назад (5-6 раз в каждую сторону).

И.п. - о.с, руки перед грудью. С напряжением, рывками развести руки в стороны, поднять их, опустить (3 раза).

И.п. - о.с, руки вдоль тела. Медленно поднимать руки вперед вверх, сцепить их в замок над головой, подняться на носки и прогнуть спину (2-3 раза).

И.п. - о.с, руки в стороны. Поднять согнутую в колене ногу, одновременно поднять руки (тянуть носок, спина прямая) (5-6 раз каждой ногой).

И.п. - о.с. Спина прямая, руки над головой в замке, ходить на носках с напряженно вытянутой шиной (1-2 минуты).

И.п. - о.с. Спокойно, медленно, плавно, на вдохе поднимать руки, тянуться; на выдохе плавно опускать руки через стороны (4-5 раз).

И.п. - сидя на пятках, руки на коленях. Встать на колени, с напряжением, рывком поднять обе прямые руки, опустить их, живот подтянуть (5-6 раз по 2 рывка).

И.п. - сидя на пятках. Встать на колени, руки поднимать медленно, с напряжением, потягиваясь и отклоняя туловище назад (4 раза).

И.п. - сидя на коленях, руки внизу. Через стороны медленно, на вдохе поднять руки, а на выдохе опустить (6 раз).

И.п. - лежа на полу, руки вдоль тела, спина и затылок плотно прижаты к полу, в руках маленькие мячи. Медленно, на вдохе поднимать их через стороны вверх (руки скользят по полу); на выдохе вернуться в и.п. (5-6 раз).

И.п. - то же. Поднять руки с мячами перед собой, одновременно поднять ноги, плавно вернуться в и.п. (5-6 раз).

И.п. - лежа на спине. С напряжением поднять руки с мячами вперед-вверх, вернуться в и.п. 5-6 раз).

И.п. - лежа на спине, руки с мячами на ширине плеч, ноги полусогнуты в коленях. На вдохе правую руку с мячом положить на грудь, левую - на живот; а выдохе вернуться в и.п. (5-6 раз).

Сообщение медицинской сестры

Тема: «Гигиенический уход за ребёнком»

Цель. Пропагандировать среди родителей здоровый образ жизни, необходимость выполнять общегигиенические требования; знакомить с гигиеническими навыками, которые нужно формировать у ребенка дошкольного возраста.

О чем следует знать родителям .

Дошкольный возраст - наилучшее время для формирования и закрепления на всю жизнь привычки к чистоте: дети этого возраста в состоянии успешно освоить все основные гигиенические навыки, понять их важность и приучиться выполнять их систематически, правильно и быстро.

Большинство детей к 5 годам уже умеют самостоятельно умываться.

Для выработки и закрепления этого навыка ребенка необходимо научить закатывать рукава, хорошо намыливать руки мылом, тщательно ополаскивать их, смывать мыло, досуха вытираться только личным полотенцем.

Нужно несколько раз показать ребенку, где постоянно висит его полотенце. Не стоит торопить ребенка, если сначала на умывание он тратит много времени. Если навык мытья рук и умывания не закрепить в этом возрасте, в дальнейшем у вас будет много хлопот.

Главное для выработки гигиенических навыков - пример взрослых. Если родители утром делают гимнастику, а затем принимают душ, ребенок будет поступать так же.

Дети должны усвоить *привычку по вечерам ежедневно* не только умываться и чистить зубы, но и *мыть ноги прохладной водой, тщательно вытирая кожу между пальцами*, не оставляя влажными места, где чаще всего развиваются грибковые заболевания кожи. Летом желательно *мыть ноги и перед дневным сном*. Для ног нужно отдельное полотенце.

Если кожа рук обветрилась, ее после мытья можно смазывать кремом «Детский» либо втирать кремы типа «Тик-так», душистый глицерин и другие смягчающие косметические средства.

Дошкольник способен *самостоятельно пользоваться носовым платком*, поэтому подумайте, где и как будут храниться у ребенка эти платки, и никогда не ругайте его за утеранные.

Очень важно в этом возрасте *приучать детей к опрятности*. К гигиеническим навыкам, которые необходимо воспитывать, относится и внимание к своему внешнему виду (не ходить в обуви с развязанными шнурками, в платье или рубашке с расстегнутыми пуговицами и т.д.).

Уход за волосами

Мыть голову необходимо раз в неделю; при этом лучше пользоваться специальными детскими шампунями : они содержат витамины и другие добавки, которые обладают приятным запахом, противовоспалительным действием и не раздражают кожу, и слизистую глаз.

Волосы желательно высушить до того, как ребенок ляжет спать. Сушить их феном нежелательно.

Расчесывать короткие волосы нужно от корней к концам (так улучшается кровообращение кожи головы). Длинные волосы следует расчесывать отдельными прядями, начиная с концов (расчески лучше выбирать с тупыми и редкими зубьями). Заплетать косички следует только тогда, когда волосы сухие. Не рекомендуется плести очень тугие косы, туго охватывать волосы заколками или бантами, так как от сильного натяжения волосы выпадают. Время от времени рекомендуется менять пробор.

Гигиена полости рта

На 4-м году жизни ребенок уже может самостоятельно чистить зубы и полоскать рот после приема пищи.

Известно, что по состоянию зубов можно судить об уровне физического развития.

В период между 3-м и 6-м годами молочные зубы выполняют следующую функцию: они, образно говоря, заняли место и придерживают его до поры до времени, когда появятся постоянные зубы. Зубы формируются правильно, если для них есть достаточно места. Если

молочные зубы выпадают рано (например, в результате кариеса), то челюсть развивается недостаточно и оказывается маленькой для постоянных зубов, которые начнут теснить друг друга. Результат? Зубы будут расти криво.

Примерно на 5-м году жизни у ребенка начинают выпадать молочные зубы: сначала резцы, затем клыки и боковые зубы. Выпадение молочных зубов обычно проходит безболезненно и не должно вызывать тревоги.

Шатающийся молочный зуб должен оставаться во рту до тех пор, пока не выпадет сам.

Кариес (разрушение зуба) чаще возникает в том случае, если в пище содержится большое количество углеводов, которые вызывают появление в полости рта множества бактерий, поражающих зубы. Например, возникновению кариеса способствует чрезмерное употребление сладостей. Помните, каждая конфетка, которую вы даете ребенку, оставляет маленький вредоносный след на его зубах.

Лучшая профилактика болезней зубов - фтор. Поэтому не сопротивляйтесь рекомендациям стоматологов - изменить режим питания, использовать специальные зубные пасты и т.п.

Если ребенок с раннего возраста привыкнет чистить зубы и полоскать рот, вам нетрудно регулярно осматривать полость его рта и горло. Если вы обнаружите на зубах темные и черные пятна, различные полости и т.п., не успокаивайте себя мыслью о том, что этот зуб молочный и рано или поздно он выпадет. Идите к зубному врачу!

Итак, учите своего ребенка регулярно и правильно чистить зубы. Их чистят утром и вечером. При этом помните: чистка зубов - это начальные элементы точечного массажа. На слизистой оболочке рта «представлены» почти все наши органы - сердце, легкие, желудок, кишечник, печень и почки. Поэтому энергичная утренняя работа зубной щеткой способна «зарядить» организм в целом, а вечером необходимости тонизировать организм нет. Что из этого следует? Вечером необходимо сделать 300-400 «скребущих» движений сверху вниз по оси зуба, утром

движения должны быть «подметающими»: так сильнее массируются десны, и тонизируется деятельность всего организма.

Чистку зубов полезно сочетать с массажем десен. Для этого небольшое количество зубной пасты нужно нанести на указательный и большой пальцы, самомассаж следует начинать от центра челюстей, а затем постепенно перемещать пальцы к их краям. На верхней челюсти десны массируют сверху вниз (от десен к зубам), а на нижней - снизу вверх. Массировать нужно круговыми движениями (утром - по часовой стрелке, вечером - против) в течение 5-7 минут. После этого рот следует прополоскать.

При регулярном массаже десен их нежная слизистая получает своеобразную закалку: повышается устойчивость к возможным механическим повреждениям, воздействию холода, тепла, улучшается кровообращение, а значит, питание десен и зубов.

Возьмите за правило делать такую «зарядку» по утрам вместе с ребенком!

Покупая зубную щетку, помните: вы выбираете здоровые или нездоровые зубы. Недоброкачественная щетка способна поцарапать эмаль и повредить десны, что неизбежно приведет к заболеваниям полости рта.

Щетина зубной щетки должна быть аккуратно подстриженной, без торчащих поодиночке волосков, неколючей. Зубную щетку нужно менять минимум четыре раза в год.

Стоматологи отмечают: в 40% случаев кариес возникает между зубами, именно поэтому пространство между ними надо тщательно очищать, например нитями-флоссами. Это позволяет избежать налета на зубах и зубного камня. От налета на зубах в так называемых проблемных местах (между зубами, на внутренней поверхности зубов и др.) помогает избавиться и специальная зубная щетка - со щетиной, подстриженной на разных уровнях.

Сообщение инструктора по физической культуре

Тема: «Как правильно заниматься физическими упражнениями дома?»

Цель. Формировать у детей и родителей интерес к физической культуре и спорту, вовлекать их в деятельность спортивных клубов, кружков; привлекать внимание к здоровому образу жизни как наиболее эффективному средству профилактики заболеваний, сохранения и укрепления здоровья детей.

Практически все незаурядные люди начинали и начинают свой день с утренней гимнастики. Это не значит, что все они приседали, делали махи руками и ногами, отжимались... Нет, каждый по-своему настраивал свой организм на рабочий лад: например, М.М. Пришвин совершал длительные прогулки по лесу.

Утренняя зарядка приносит пользу только в одном случае - если она составлена с учетом индивидуальных особенностей детей. Как же составить индивидуальный комплекс утренней гимнастики? Прежде всего, необходимо знать: утренняя зарядка предназначена не для тренировки, а для подготовки организма к активной дневной деятельности, поэтому нагрузка должна соответствовать физическим и психологическим особенностям каждого ребенка.

Вот несколько правил проведения утренней гимнастики:

- дыхание должно быть ритмичным и спокойным;
- амплитуду движений, их скорость и интенсивность необходимо увеличивать постепенно, от начала занятия к его окончанию;
- пульс во время зарядки не должен превышать 150-160 ударов в минуту;
- упражнений должно быть не больше восьмидесяти;
- комплекс упражнений необходимо периодически менять;
- время проведения утренней гимнастики - 10-12 минут;
- можно делать зарядку под веселую музыку.

Примерный игровой комплекс зарядки «Приглашаем в зоопарк»

Сначала прыгаем вместе с мартышками, которые, сцепив руки, прыгают с одной ноги на другую.

А теперь к нам присоединились зайчата: они прижали лапки к груди и весело и высоко подпрыгивают на двух ногах.

Появились лягушата. На счет 1 они сжались в комочек, сели на корточки, лапки прижали к полу; на счет 2 высоко подпрыгивают вверх.

А вот и хитрые лисята! Они, сложив за спиной лапки, кокетливо крутят хвостиками, а потом начинают прыгать на двух ногах влево-вправо.

Маленькие цапли прыгают сначала на одной ноге, а потом на другой.

Пингвиненок пытается прыгать, встав на носки, ноги у него прямые, крылышки прижаты к туловищу, прыгает высоко-высоко.

Веселые маленькие лошадки скачут сначала на месте, потом по кругу, высоко поднимая колени.

А вот и мишка! Он идет, переваливаясь с одного бока на другой, смешно и неуклюже пытается прыгать с одной ноги на другую.

Прилетели маленькие утята. Они танцуют: на счет 1-4 сжимают и разжимают лапки (руки согнуты, локти прижаты к туловищу); на счет 5-8 отводят локти от туловища и прижимают их к нему (4 раза); на счет 1-4 вертят хвостами; на счет 5-8 хлопают в ладоши (4 раза).

Оздоровительный бег

Оздоровительный бег - отличное средство укрепления здоровья, но только в том случае, если каждому ребенку подобрать индивидуальную нагрузку, соответствующую его силам: следует определить оптимальную для ребенка интенсивность бега, частоту занятий, вид отдыха между тренировочными занятиями. Стараются выбрать такую интенсивность бега, чтобы частота

сердечных сокращений не превышала 120-130 ударов в минуту. Этого вполне достаточно, чтобы бег приносил пользу.

Для занятий бегом вместе с ребенком не подходят улицы и людные места, целесообразнее выбрать место в близлежащем парке, сквере. Прежде чем заняться бегом, надо позаботиться об обуви ребенка. Если обувь тесная, плохо сидит на ноге, то неприятные ощущения ему обеспечены. Бегать в повседневной обуви недопустимо.

Перед началом занятий подготовьте организм ребенка к нагрузкам. Начинать развивать выносливость рекомендуем с медленной ходьбы, постепенно увеличивая ее продолжительность и интенсивность.

Обычно дети сразу бегут слишком быстро, и через несколько минут у них появляется одышка, ухудшается координация движений. Взрослые должны регулировать скорость оздоровительного бега ребенка. В первые минуты его интенсивность должна быть минимальной: сначала быстрый шаг и лишь после него постепенный переход на бег.

Оздоровительный бег дает ощущение радости от движений, наполняет организм энергией и силой.

Оздоровительные пробежки - это тип утренней гимнастики. Пробежки проводятся на воздухе в течение 5-7 минут (непрерывный бег в среднем темпе с постепенным увеличением расстояния и времени). В конце пробежки проводятся дыхательные упражнения.

Техника бега не важна: ребенок должен бегать так, как ему удобно. Заканчивать бег нужно медленной ходьбой, а после занятия принять душ и отдохнуть.

Родительское собрание № 3

Тема: «Кризисы и малыш. Ребёнок, который сводит нас с ума?»

Материалы: карточки с качествами детей (положительными и отрицательными - приложение 8), карточки с фразами-желаниями детей, тест «Рисунок семьи», ароматическая свеча.

Педагог: Здравствуйте! Я приветствую вас на нашей встрече. И для начала давайте поприветствуем друг друга.

Игра-приветствие «Я сегодня вот такая (ой)».

Педагог: Я предлагаю вам встать в круг. Мы будем здороваться, но не совсем обычно. По одному, выходя в круг нужно говорить своё имя и показать мимикой и жестами своё состояние. При этом нужно произнести определённые слова. Поэтому, если вы не будете возражать, я буду первая.

«Здравствуйте. Я – ... Я сегодня вот такая!»

Педагог мимикой или жестом показывает своё состояние. Все участники повторяют слова и действия. Игра заканчивается, когда все участники поприветствуют окружающих.

После этого все хором повторяют: «Здравствуйте».

Упражнение «Составь портрет»

Педагог: Теперь мне хотелось бы предложить вам более серьёзное задание. Сейчас вы попытаетесь составить портреты детей. Одна команда составит портрет того ребёнка, который огорчает и сводит с ума. А вторая команда составит портрет того ребёнка, который нас радует. Для этого выберите те качества, которые на ваш взгляд подходят, и прикрепите их к контурам детей. Качества детей нужно проранжировать (расположить их в порядке значимости).

Родители выполняют задание.

А сейчас выберите одного человека, который зачитает нам качества. Если у членов второй команды возникнут вопросы, то вы можете их задавать в процессе чтения. Большинство ответов показывают, что на первом месте в предпочитаемых качествах, мы ставим качества, которые связаны с заботой о других людях, готовностью помочь. В отвергаемые качества включаются особенности эмоционально – волевой сферы.

Отношение к некоторым качествам носит амбивалентный характер (амбивалентный характер — это психологическое состояние, при котором человек одновременно испытывает два противоположных чувства (любовь и ненависть, радость и грусть) или имеет противоречивые оценки по отношению к одному человеку, объекту или ситуации. Это двойственное отношение, где оба чувства одинаково сильны и сосуществуют, не исключая друг друга, от принятия до неприятия) (активный - с бушующей энергией).

Также есть и предпочитаемые качества, которые тесно связаны и с теми качествами, которые родителям не нравятся.

Интересно, а какие же качества нравятся нашим детям в других людях?

Педагог зачитывает ответы детей.

Мини-лекция «Поведение»

Педагог: Что на ваш взгляд, хочет выразить ребёнок таким поведением, которое сводит нас с ума? *(ответы родителей).*

Мы часто исходим из положения того, что дети так же воспринимают мир, как и взрослые. Но это величайшее заблуждение. Часто нам кажется, что дети плохо себя ведут из-за злой воли, стремясь насолить родителям, но так бывает далеко не всегда.

Выделяется четыре основных причины плохого поведения:

1. Борьба за внимание.
2. Борьба за самоутверждение (против чрезмерной опеки и родительской власти).
3. Желание отомстить (более внимательны к другому ребёнку: развод родителей; ссоры).
4. Несостоятельность. Потеря веры в собственный успех.

Упражнение «Угадай»

Педагог: И мне хотелось бы дать вам возможность попробовать угадать подлинное желание ребёнка, которое он пытается выразить своим поведением. Для этого, из предложенных фраз на столе выберите те, с которыми вы согласны. Обоснуйте свой выбор.

Родителям предлагаются карточки с фразами детей:

- «Уважай мою точку зрения, хоть раз отнесись ко мне серьёзно».
- «Я не знаю, что мне делать со своей злостью и обидой».
- «Мама, позаботься обо мне, помоги мне».
- «Обратите, наконец, на меня внимание».
- «Вы мне сделали плохо, пускай и вам тоже будет плохо».
- «Не подходите ко мне, я сейчас очень опасен».

Педагог: Согласитесь, что стремления детей вполне закономерны и выражают естественную потребность в признании и уважении его личности, чувство справедливости, желание успеха. А чтобы узнать какие существуют потребности у детей в семье, мы провели с детьми небольшое обследование. Дети рисовали свою семью. (*проективная техника «Рисунок семьи»*).

На обратной стороне рисунка каждому родителю психологом предложены рекомендации по взаимодействию. Все рекомендации, написаны в индивидуальной и доброжелательной форме.

Педагог: Если вдруг вы с чем - то не согласны, вы можете сказать об этом.

Игра - релаксация «Волшебный дождик».

Педагог: В конце нашей встречи давайте немного поиграем. Для этого нам необходимо встать в круг, друг за другом так, чтобы руки сзади стоящего легли на плечи впереди стоящего человека. Готовы? (*включается расслабляющая музыка*) Представьте, что пошёл волшебный дождь, который смывает с вас все неприятности, заботы. Капли падают вам на плечи, на спину, на руки. Постарайтесь, чтобы прикосновения были лёгкие, приятные (*массаж длится 2-3 минуты, после этого предлагается развернуться и продолжить ещё 2-3 минуты*).

Упражнение «Обратная связь»

Педагог: У меня в руках горящая свеча. Мы будем передавать её по кругу, и при этом говорить слова благодарности, комплимент своему коллеге, стоящему справа. Мне было очень приятно общаться с вами и видеть заинтересованные глаза. Спасибо (*педагог передаёт свечу следующему*).

Качества детей.

Капризный, нытик, упрямый, часто болеющий, тиран, медлительный, конфликтный, драчун, непослушный, обманщик, неряшливый, противоречит взрослому, активный, с бушующей энергией, закатывает истерики, общительный, уверенный, смелый, умный, послушный, обидчивый, говорит правду, скромный, умеет занять себя, жестокий, успешный, заботливый, подвижный, усидчивый, спокойный, работоспособный, находчив, любит порядок, нежный, одарённый, талантливый, старательный, скрытный, злой, грубый, серьёзный, откровенный, настойчивый.

Родительское собрание № 4 Тема «Наказания и поощрения»

Материалы: доска с осями координат, бумага, маркеры, плакат с правилом.

Заранее родителям предложены анкета №10 для анализа родительской компетенции по теме собрания.

Педагог: Здравствуйте! Я очень рада вас видеть и рада тому, что сегодня мы снова встретились здесь все вместе.

Игра – приветствие «Встаньте те, кто...»

Педагог: Для того, чтобы ещё больше узнать друг о друге, я хочу предложить поиграть в такую игру. Сейчас я буду говорить: «Встаньте те, кто...» и если вам подходит это утверждение, вы поднимитесь, а потом снова сядете. Договорились?

Встаньте те:

- У кого ребёнок мальчик...
- У кого ребёнок девочка...
- У кого двое детей...
- Кто любит есть манную кашу...
- У кого дома есть собака...
- Кто работает...
- Кто сегодня пришёл в брюках...
- Кто пришёл на собрание с удовольствием...
- Кто умеет печь вкусные пироги...
- Кто любит своего ребёнка...
- Кто наказывает своего ребёнка...

Нужно ли наказывать детей? (ответы родителей)

Педагог: За что же нужно их наказывать и как? (ответы родителей). В группе мы проанализировали виды наказаний, которые применяются к детям и выяснили следующее:

- Применение физической силы.
- Стояние в углу.
- Один в комнате.
- Запугивание, крик.
- Никак.

Да наказывать можно и нужно, но при этом соблюдая одно очень важное правило: «Наказывать ребёнка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое». (плакат)

Упражнение «Продолжи список»

Педагог: Другими словами, лучше наказывать, двигаясь в направлении от плюса к нулю, чем от нуля к минусу, причем под нулём подразумевается нейтралитет. Что означает плюс? А что обозначает минус? (ответы родителей) Сейчас вам предложено следующее задание. Для этого вам нужно разделиться на две команды. Членам одной команды я дам бейджики со знаком «+», а другой команде бейджики со знаком «-».

Деление на команды происходит с учётом ответов детей.

Тем родителям, дети которых отвечали,

что они используют физические наказания: шлепки, ремень и др. даются знаки «+»,

а родителям, которые никак не наказывают ребёнка знаки «-».

Педагог: На доске вы видите рисунок оси координат, где с одной стороны «+», с другой «-». Каждая команда подойдёт к своему столу и в течение определённого времени постарается продолжить список соответствующих наказаний. Задание выполняется пока играет музыка. Начали.

Задание выполняется 5-7 минут, после чего музыка выключается.

Педагог: А теперь я попрошу остаться по одному представителю от каждой команды и зачитать свои предложения.

Родители зачитывают предложенные наказания, а педагог записывает их соответственно знакам на доске

Педагог: Спасибо, присаживайтесь.

Мини – лекция «Наказания».

Педагог: Первое на чём мне хотелось бы остановиться – это физические наказания. Какие из них были предложены вами? (*прочитать то, что составили родители под знаком «-»*) Лично я определённо против них. Они оскорбляют, запугивают, унижают детей. А цель наказания, какая? Наверное, такая, чтобы ребёнок этого больше не делал, а не его унижение и оскорбление. А что бывает, если вы применяете минусовые замечания и наказания? Это опасно тем, что вы теряете контакт с ребёнком.

Позитивного результата от физического воздействия меньше, чем негативного. Единственный вариант физического воздействия, который не вызывает сомнений – это обуздание разбушевавшегося ребёнка. Если ребёнок не контролирует себя, можно схватить его за руки, усадить на диван. Встряхнуть и сказать: «Я буду держать тебя, пока ты не придешь в себя. Я отпущу тебя сразу, как только ты будешь способен себя контролировать. Сейчас ты пока этого не можешь». Но если наказания всё равно не избежать, как же всё таки наказывать? Вами было предложено следующее.

Чтение вариантов родителей.

Педагог: Ребёнок может быть наказан случившимся (лазил по лестнице и упал, играл с ошкой и она его поцарапала). Такой опыт стоит десятка словесных наставлений. К тому же мы не сможем постелить соломку везде, где наш ребёнок сможет упасть. Зато потом, когда его постигнет неудача, можно ему помочь. Если вам в такой момент захочется сказать: «Я же предупреждала..». Не стоит этого делать. Поверьте, ребёнок и так прекрасно помнит все ваши наставления и предупреждение, а в данный момент он очень расстроен и глух к любым разумным замечаниям и ещё ему трудно признать свою ошибку и поэтому он будет спорить с вами.

Давайте вспомним правило (*плакат*). Наказание ли это? Конечно, и довольно ощутимое! А главное – не оскорбительное. Ведь дети хорошо чувствуют справедливость и это справедливо, если вы не дарите им всё своё свободное время, если рассержены или расстроены.

Вывод: нужно иметь в запасе большие и маленькие семейные праздники, которые создадут зону плюса, радости. Эти занятия должны быть регулярными, чтобы ребёнок их ждал и знал, что они наступят обязательно. Если он не сделает чего-то очень плохого. Однако не угрожайте их отменой по мелочам. Как же определить где мелочь, а где серьёзный проступок? Как вы думаете? (*ответы родителей*). А про это мы с вами узнаем на нашей следующей встрече, которая будет посвящена теме: «Правила. Что такое хорошо и что такое плохо». Пригласительные билеты вы получите немного позже, а сейчас я раздам памятки (приложение 9), которые помогут вам не забыть то, о чём мы с вами сегодня говорили.

Упражнение «Спасибо за работу»

Педагог: Закончить встречу мне хотелось бы следующим. Сейчас мы станем в общий

круг. По очереди, друг за другом каждый из нас будет подходить к тому человеку, с которым ему было более комфортно общаться со словами: «Спасибо за прекрасную работу», при этом нужно взяться за руки. К следующему участники подойдут уже вдвоём, потом троём и так далее, пока не присоединится последний человек и наш круг замкнётся. Кто начнёт первым?

Если среди родителей нет желающих, то первым начинает педагог, при этом он выбирает наиболее замкнутого и менее инициативного родителя.

Анкета №10.
Уважаемые мамы и папы!

Просим Вас ответить на вопросы об использовании в воспитании детей мер поощрения и наказания. Ваши искренние ответы окажут ОГРОМНУЮ ПОМОЩЬ в подготовке содержательного и интересного разговора на родительском собрании.

1. Слушается ли Вас ребенок? _____.
2. Нужно ли использовать в воспитании наказание? _____.
3. Как Вы добиваетесь выполнения распоряжения? _____.
4. За что и как Вы наказываете ребенка? _____.
5. За что и как поощряете ребенка? _____.
6. Какие поощрения и наказания Вы применяли к ребенку в течение двух последних недель? _____.

Следующие пункты дают возможность кратко, словами «да» или «нет» выразить своё согласие или несогласие с высказанной мыслью.

- Когда ребенок виновен, беседуя с ним наедине, не выясняю отношения при посторонних.

Да / Нет

- Сопереживаю, сочувствую своему провинившемуся ребенку, прощаю, верю в него.

Да / Нет

- Ни разу не кричал(а), не наказывал (а) ребенка.

Да / Нет

- Не оставляю без наказания ни одного плохого поступка.

Да / Нет

- Единственное, что действует на моего ребенка - строгое наказание.

Да / Нет

- Если только возможно, стараюсь не наказывать ребенка.

Да / Нет

- Хвалю ребенка за каждый успех, наедине и при посторонних.

Да / Нет

- Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю ребенку то, за что в другое время наказал(а) бы.

Да / Нет

- Нередко бывает так: я наказываю ребенка, муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его.

Да / Нет

- Решение о наказании принимаю только после того, как успокоюсь и выясню позицию ребенка.

Да / Нет

Памятка

любящему родителю _____ на заметку.

1. Наказание не должно вредить здоровью – ни физическому, ни психическому. Более того, наказание должно быть полезным. Наказать – это, скорее, лишить ребёнка хорошего, чем делать ему плохое.
2. Если есть сомнение, наказывать или нет, не наказывайте, даже если поняли про себя, что обычно мягки, доверчивы и нерешительны. Никакой «профилактики», никаких наказаний «на всякий случай».
3. За один раз – одно. Даже если проступков совершено сразу несколько, наказание – одно, за всё сразу, а не за каждый проступок по отдельности. «Салат» из наказаний – блюдо не для детской души.
4. Срок давности: лучше не наказывать, чем наказывать запоздало, например: за проступки, обнаруженные спустя неделю, месяц- это чревато риском задержки духовного развития.
5. Наказан – прощён. Инцидент исчерпан. Страница перевёрнута. О старых грехах ни слова. Не мешайте начать жизнь сначала!
6. Без унижения. Что бы ни было, какой бы ни была вина ребёнка, нельзя унижать достоинство ребёнка.
7. Ребёнок не должен бояться наказания. Не наказания он должен бояться, не гнева, а нашего огорчения...
8. Роли «карающего» и «милующего» не должны закрепляться за определенными членами семьи.
9. Наказание – не за счёт лишения любви. Чтобы не случилось, не лишайте ребёнка необходимой заботы и похвалы. Ребёнок должен знать, как сильно его любят.

Родительское собрание № 5.

Тема: «Правила. Что такое хорошо и что такое плохо?»

Материалы: мяч, плакат с правилами и цветовыми зонами, шоколадка, цветные планшеты, листы треугольной и круглой формы, маркеры, музыкальное сопровождение Ф. Шуберт «Аве Мария» в инструментальном переложении Р. Клайдермана и Д. Ласта.

Педагог: Здравствуйте! Я очень рада очередной нашей совместной встрече, и прежде чем начать работу, посвящённой теме правил в жизни детей мне хотелось бы узнать, что Вы ожидаете от сегодняшнего занятия?

Упражнение «Ожидания»

Педагог: Свои ожидания, если позволите, выскажу первой. Я сегодня надеюсь на искреннее и заинтересованное общение и на получение от вас новых знаний. А что ждёте вы?

Педагог перебрасывает мяч. Ответы родителей.

Педагог: Спасибо вам за искренние слова. Будем надеяться на то, что большинство наших ожиданий сегодня оправдается. Занимайте удобные для вас места, приступаем к работе.

Мини-лекция «Правила»

Педагог: Предвижу ваше накопившееся нетерпение в вопросе, какие же правила нужны детям, каким требованиям они должны следовать и выполнять, и нужны ли они вообще?

Открою вам небольшой секрет, который некоторым может показаться неожиданным. Детям не только нужны правила и порядок, но они сами хотят и ждут их. Вам знакомо ощущение того, как нервничает грудной ребёнок, когда выбивается из привычного ритма жизни (день с ночью путает) или попадает в незнакомую ситуацию? А вы знаете, как он успокаивается и все его окружающие люди, когда всё становится привычным?

Вы можете, конечно, не соглашаться, говоря о том, что детям не нравится когда от них чего-то требуют? Но на самом деле дети восстают не против правил, а против способов их внедрения. Согласитесь, даже это привычное слово указывает на насильственные методы.

И сегодня мы с вами как раз и попробуем найти путь к бесконфликтной дисциплине. Для этого мы должны с вами знать несколько правил о том, как составлять правила. *(плакат)*

1. Правила (ограничения, запреты, требования) обязательно должны быть в жизни каждого ребёнка.
2. Правил не должно быть слишком много и они должны быть гибкими.
3. Правила не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка.
4. Правила должны быть согласованы обоими родителями между собой.

Педагог: Вам это будет сразу трудно запомнить, поэтому каждый в конце получит памятку (приложение 1), но и детям довольно трудно запомнить все правила в голове. Поэтому, психологи предлагают нам четыре цветовые зоны поведения.

Задание «Шоколадка»

Педагог: Я предлагаю разбиться на две команды. Для того, чтобы укрепить командный дух вам предлагается задание. По сигналу, нужно поделить шоколадку и съесть, главное, чтобы всем досталось, и это было сделано очень быстро. Раз, два, три, начали.

Родители по сигналу едят шоколад.

Педагог: С этим заданием вы справились. А теперь садитесь за столы, и вам предстоит ещё одно задание.

Задание «Правила»

Педагог: У каждой команды есть планшеты с обозначением 4 цветовых зон. Сейчас вы должны попробовать составить правила поведения для детей, соблюдая следующие условия:

Зелёная зона – то, что разрешается делать ребёнку по собственному выбору или желанию;
Жёлтая зона – та, в которой ребёнку предоставляется относительная свобода. Ему разрешается действовать в пределах определённых границ;

Оранжевая зона – те действия ребёнка, которые не приветствуются вами. Но в виду определённых обстоятельств допускаются;

Красная зона – действия, неприемлемые ни при каких обстоятельствах. Это категорические запреты, из которых нет исключений. В красной зоне должно быть не слишком много запретов.

Приступайте. Удачи. У вас десять минут.

Звучит спокойная музыка.

По окончании времени каждая команда зачитывает свои правила.

Педагог: Но дети читать не умеют. Поэтому у вас на столах есть треугольники и круги. Водители знают, что в треугольниках с красной рамкой пишут запрещающие знаки. А в кругах информационные и разрешающие. Поэтому те, у кого кружки, постарайтесь символично изобразить в нём одно из разрешающих правил так, чтобы было, понятно детям. А те, у кого треугольники, те изображают запреты. Приступайте.

Задание «Нарисуй правило»

Педагог: Молодцы. Такие же правила вы можете создать дома с ребёнком, и вам это очень поможет в воспитании. Но вы должны знать, что при первых попытках соблюдать правила, ребёнок может усилить свое плохое поведение! Он не сразу поверит в искренность ваших намерений, и будет проверять их. Так что придётся выдержать это испытание! А для того, чтобы вам прибавить сил и терпения в этом нелёгком деле, я предлагаю вам немножко расслабиться.

Музыкальная релаксация «Мать и дитя» под музыку Ф. Шуберта «Аве Мария»

Педагог: А сейчас мне хотелось, чтобы Вы вспомнил те ощущения, с которыми вы ожидали вашего ребёнка... Займите удобное положение, какое только возможно в наших условиях. Закройте глаза. Полностью расслабьтесь. Сосредоточьтесь только на моём голосе. Отвлечитесь от всех ваших проблем. Это всего лишь на несколько минут. Готовы?

Мать и дитя – вечная тема в литературе, музыке, в искусстве в целом. Женщина, которая ещё не стала матерью, но уже зародившая в себе будущую жизнь, иначе воспринимает мир. Она его ощущает как бы за двоих.

Вспомните, как вы ощущали первые движения вашего ребёнка..... Вспомните, как вы в них вслушивались и радовались каждому новому толчку внутри вас..... Вы несли в себе новую жизнь и смотрели на мир двумя парами глаз, дышали ..., чувствовали..., осязали и осмысливали окружающее и за себя и за своего будущего ребёнка.

Вы долгие девять месяцев ждали появления на свет своего маленького чуда, своего счастливого продолжения в жизни. Вспомните, как вы постепенно наполнялись счастьем ожидания этого чуда.

И вот, наконец, наступил тот момент, когда на свет появился Он....., так долго ожидаемый, но уже горячо любимый, плоть от плоти, кровь от крови, ваш малыш.... После боли и возможных слёз наступило счастье...

Он родился! Вспомните, как вы ему были счастливы тогда. Улыбнитесь же вашему малышу... Улыбнитесь...Он ваш. Только ваш. Навсегда ваш. Ваша любовь к нему всеильна и безгранична! Глубоко вздохните Открывайте глаза.

Педагог: Наша встреча подошла к концу. Я надеюсь, что вам было интересно. Мне было

очень приятно работать с вами. Буду рада встретиться с вами ещё. Благодарю всех за искренность, содействие и прекрасную работу. В конце собрания заполните опросник (приложение 10).

Опросник

Собрание понравилось	Собрание не понравилось	О чём бы я хотел (а) поговорить в следующий раз

Родительское собрание №6.
Тема: «Семейное воспитание. Подумаем вместе?»»

Материал: магнитно-маркерная доска, маркеры, чистые листы формата А3, листы с буквами, плакаты-обозначения со словами (ребёнок, доверие, общение), экран и ноутбук для презентации рисунков детей.

Педагог: Добрый вечер. Сегодня в очередной раз мы с вами собрались вместе и я очень рада этой встрече.

Упражнение «Пересядьте те...»

Педагог: Для продолжения работы сделаем следующее: стоящий в центре круга, для начала это буду я, предложит поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Этот признак нужно назвать. Например, я скажу: «Пересядьте все те, у кого есть сёстры», - и все, у кого есть сёстры, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга, должен постараться занять одно из мест, а тот, кто останется в центре круга без места, тот продолжит игру. Давайте, используем эту ситуацию для того, чтобы больше узнать друг о друге.

(Как правило, упражнение проходит весело и непринуждённо. Оно позволяет снизить напряжённость, поднимает настроение, активизирует внимание и мышление. Важно, чтобы педагог задал последний вопрос, соответствующий теме собрания. Например: «Поменяйтесь местами те, кого волнуют вопросы о том, как воспитывать ребёнка в семье?»)

Педагог: Да, этот вопрос, конечно же, волнует каждого родителями. Все вы люди семейные, а где семья там и дети. Вот именно здесь и начинается масса проблем, связанных с воспитанием детей. У вас возникают вопросы о том, как следует воспитывать своего ребёнка, а ребёнок думает о том, как бы сделать так, чтобы тебя понимали эти большие и взрослые родители. Сколько неприятностей и раздражения, и даже горя возникает в семье, если нет взаимопонимания между родителями и детьми. И именно поэтому, мы с вами собрались здесь, чтобы подумать об этом вместе.

В 16 веке в России появился свод правил и наставлений «Домострой», где довольно подробно регламентирована жизнь семьи. В частности взаимоотношения родителей и детей. Например, одно из положений этого документа советует родителям, если сын или дочь «не слушает, не внимает и не боится, то нужно иногда и плетью постегать, по вине смотря». Как вы думаете, помогает ли такое средство воспитания?

Ответы родителей.

И как потом сами воспитанники относились к своим детям?

Ответы родителей.

Упражнение «Составь слово»

Педагог: Сейчас вы разделитесь на группы. На столе перед вами лежат листы с написанными на них буквами. Выберите себе по одной букве, которая вам больше всего нравится, и подойдите к столу с соответствующим словом.

На столе находятся буквы, из которых можно составить определённые слова, состоящие из одинакового количества букв, по числу присутствующих родителей. Например, общение, ребёнок, доверие.

Упражнение: «Свод правил».

Педагог: А теперь, давайте попробуем выработать свод основных правил семейного воспитания. Сформулируйте и запишите 5-7 чётких и конкретных положений, которыми должны руководствоваться родители, бабушки и дедушки, а также тёти и дяди,

принимающие участие в воспитании ребёнка в семье. Любой из вас вправе вносить свои предложения, аргументируя их необходимость, можете приводить примеры из своей практики. После работы мы выслушаем по одному представителю от каждой группы. Если у нас будут возникать вопросы по поводу правила, то можно будет задавать их. В вашем распоряжении 5-10 минут. Готовы? Приступайте.

Педагог и присутствующие на собрании специалисты дошкольного учреждения, заранее получают правила – шпалгалку (приложение 11) с верными и психологически правильными тезисами, которые они записывают на плакате.

Педагог: Молодцы, вы прекрасно справились с работой. У вас получились прекрасные правила, доступные и родителям и детям. И именно так мы, взрослые, представляем жизнь семьи. А как семью представляют дети? Хотите заглянуть в душу ребёнка и понять, чем он живёт, о чём мечтает, его восприятие окружающего мира, семьи и вас самих? Для этой цели мы провели рисуночный тест «Моя семья». В рисунке ничего случайного быть не может. Ведь ребенок рисует не предметы с натуры, а выражает свои эмоции и переживания. Ещё Гёте говорил: «Нам следует меньше говорить и больше рисовать».

Интерпретация теста «Моя семья» в виде электронной презентации.

Презентацию проводит педагог-психолог (приложение 12). При наличии технических средств в дошкольном учреждении желательно их использовать, при отсутствии технической базы педагог может организовывать выставку детских рисунков.

Педагог: Ребёнок мал, а мир огромен. Малыш беспомощен, а мы, взрослые – всеильны. Мир непонятен, а взрослые знают много. Вот с этих основ и начинается вхождение ребёнка в мир, и именно мы, старшие, оказываемся всемогущими волшебниками, показываемыми, как надо с миром обращаться. Наши улыбки, шлепки, а потом и слова оказываются путеводителями, которые закладывают картину мира.

В конце встречи мне хотелось бы пожелать, чтобы дети видели всегда в вас самые прекрасные душевные свойства – верность, благородство и умение любить ребёнка и принимать, понимать и признавать его таким, какой он есть.

Памятка 1
Правила для специалистов и воспитателей

1. Семья начинается с «мы», будь больше требователен к себе.
2. Не упрекай; критикуя, не обвиняй и не унижай.
3. Будь терпим, не спеши излить свой гнев, подумай сначала, умей простить и понять близких.
4. Не давай советов, если тебя не просят.
5. Решайте вместе, а не вместо.
6. В семье признаётся право каждого на ошибку.
7. Любой член семьи может отвечать отказом на просьбу и при этом не чувствовать себя виноватым.

Интерпретация теста «Моя семья»

Рисунок 1.



На этом рисунке (рисунок 1) ребенок очень тонко уловил особенности распределения семейных ролей. Мама – глава семьи, у нее все большое – глаза, нос, а особенно рот. Правда, глаза у мамы грустные, и на сердце цветочек, рук нет, ничего изменить она не может. Папа по размерам (в восприятии ребенка) намного меньше мамы. По сторонам от мамы нарисованы 9-летний брат с дыбом стоящими волосами и сестричка, сама 6-летняя художница. И у всех стойкое нежелание слышать родителей, даже у папы (отсутствие ушей).

Рисунок 2.



На этом рисунке (рисунок 2) тоже семья. Дом с небольшим пустым окошком. «Мама с папой на работе, я гуляю...» Автор рисунка в уголке листа. А в другом - машина. Не правда ли, удивительно маленьким чувствует себя малыш? Цветовая гамма активная и возбуждённая: преобладает красный цвет и немного фиолетового на машине (это папа иногда её катает). А огромные «руки» – антенны на крыше напоминают стоящих над ребенком родителей. Видя такой рисунок, сразу понимаешь, что ребенку плохо, ему необходима помощь.

Рисунок 3.



А здесь все здорово! Семья в сборе, улыбки на лицах, все протягивают руки друг к другу, поддерживая и помогая. Ребенок любит всех и себя в том числе, много мелких деталей, яркие цвета. От рисунка веет радостью и свободой. (рисунок 3)

ПРАВИЛА ИНТЕРПРЕТАЦИИ

Рисунок 4.



1. На рисунке отсутствует сам автор. (рисунок 4)

- Трудности в отношениях с близкими: «Меня здесь не замечают», «Я чувствую себя отвергнутым», «Мне трудно найти свое место в семье»
- Ребенок «отторгается» от семьи: «Меня не принимают, ну и не надо, и без них неплохо».
- Ребёнок ставит себя в ситуацию стороннего наблюдателя «художника-фотографа».

Рисунок 5



2. На рисунке – вымышленный член семьи. (рисунок 5)

Ребенок пытается заполнить вакуум в чувствах, недополученных в семье. Дети часто рисуют птиц, животных, которые на самом деле не живут в доме, это означает, что ребенок жаждет быть кому-то нужным и необходимым, значит, родители не удовлетворяют потребность в любви, нежности, ласке.

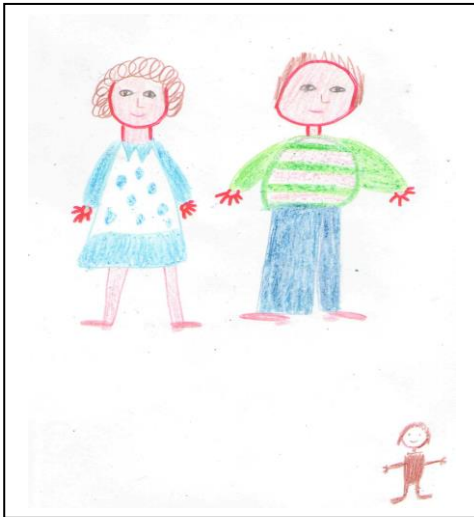


Рисунок 6.

3. Размер изображенных персонажей. (рисунок 6)

Показывает их значимость для ребенка. Чем авторитетнее в глазах ребенка изображенный человек, тем он крупнее. Часто у маленьких детей не хватает листа, чтобы разместить всю фигуру.

Рисунок 7.



4. Размер ребенка на листе. (рисунок 7)

Если ребенок рисует себя очень маленьким, расположенным в уголке листа, у него низкая самооценка на данный момент, или он считает себя самым маленьким в семье. Дети с завышенной самооценкой рисуют себя очень большими, даже крупнее родителей.

5. Место расположения ребенка на рисунке.

Отображает его положение в семье. Когда он в центре, между мамой и папой (рисунок 3), или рисует себя первым, то это значит, что он ощущает себя нужным и необходимым в доме. Если ребенок изобразил себя отдельно от остальных, или нарисовал себя последним это

признак ревности, неблагополучия. (рисунок 7).

Рисунок 8.



6. Расстояние между изображенными.

(рисунок 8)

Свидетельствуют об эмоциональной близости или, наоборот, разобщенности. Чем дальше фигуры расположены друг от друга, тем больше их эмоциональная разобщенность. На некоторых рисунках дети подчеркивают ощущаемую ими разобщенность включением в свободное пространство между членами семьи различных предметов (мебель, вазы, деревья ...), чужих, выдуманных людей. При эмоциональной близости родственники нарисованы почти вплотную друг к другу, они соприкасаются руками. Чем ближе ребенок изображает себя к какому-либо члену семьи, тем выше его степень привязанности к этому человеку и наоборот.

7. Последовательность изображения членов семьи. Обычно первым ребенок рисует либо себя, либо самого любимого члена семьи, либо самого значимого, авторитетного, по мнению малыша, человека в семье. Обычно самый последний нарисованный родственник имеет самый низкий авторитет (это может быть и сам ребенок).

8. Расположение фигур на листе. (рисунок 6)

Внимательно рассмотрите, кто на рисунке расположен выше, кто ниже. Наиболее высоко расположен персонаж, обладающий, по мнению ребенка, наибольшей значимостью в семье (даже если он небольшой по размеру). Например, если на листе выше всех

изображен телевизор или шестимесячная сестра, то, значит, в сознании ребенка именно они «управляют» остальными членами семьи.

9. Персонаж или предмет, вызывающий у ребенка наибольшую тревожность. Изображается с усиленным нажимом карандаша, или сильно заштрихован, его контур обведен несколько раз, но бывает, что ребенок рисует такой персонаж еле заметной, «дрожащей» линией.

Рисунок 9.



10. Части тела.

- **Голова.** (рисунок 9). Это – важная и самая ценная часть тела. Ум, умелость – в голове. самого умного, думающего члена семьи ребенок изображает с большой головой.

- **Глаза.** Не только для рассматривания, они выдают печаль. Персонажи с большими, расширенными глазами воспринимаются ребенком как тревожные, беспокойные, нуждающиеся в помощи. Персонажи с глазами-«точками» или глазами-«щелочками» несут в себе внутренний запрет на плач (т.е., человек замкнут, подсознательно или сознательно не показывает свои эмоции, чаще отрицательные).

- **Уши.**

Это – орган восприятия критики и вообще любой информации о себе. Персонажи с большими

ушами слушаются окружающих. Если ушей вообще нет, человек никого не слушает, игнорирует то, что о нем говорят.

- **Рот.**

На рисунке рот – «орган нападения», ртом выражают агрессию, ругаются, кусаются, обижаются. Персонаж с большим или/и заштрихованным ртом воспринимается как источник угрозы. Если рта вообще нет, он изображен в виде точки, черточка – человек скрывает свои чувства, не может выразить их словами или влиять на других.

- **Шея.**

Символизирует способность самоконтроля головы над чувствами. Тот персонаж, у которого есть шея, способен управлять своими чувствами (чаще это взрослый).

- **Руки.** (рисунок 3) Функция рук – цепляться, присоединяться, взаимодействовать с окружающими людьми, т.е. способность действовать. Чем больше пальцев на руках, тем сильнее персонаж. Длина рук говорит об общительности, короткие руки выдают внутреннюю слабость, нерешительность, недостаток общения.

- **Ноги.**

Нужны для ходьбы, для опоры, для свободы передвижений. Чем больше площадь опоры у ног, тем тверже и увереннее персонаж стоит на земле. Правая нога символизирует опору во внесемейной реальности, левая – в семье.

11. Цветовая гамма рисунка – индикатор палитры чувств. Самыми любимыми цветами ребенок рисует самых близких членов семьи, себя, нелюбимые, мрачные цвета достаются отвергаемым ребенком людям. Обратите внимание на общую цветовую палитру: преобладание ярких цветов говорит о хорошем настроении, мрачные же цвета указывают на тревожность, подавленность (если, конечно, черный цвет не является любимым для

малыша). Мамы обычно изображаются в красивых платьях, с заколками в прическах, со множеством мелких деталей, цвет волос может быть самым необычным, тщательно прорисовываются детали, так ребенок показывает свою любовь. Себя дети с адекватной самооценкой тоже тщательно прорисовывают, нарядно одевают. Любимые папы тоже очень нарядные, как и все близкие и любимые ребенком родственники.

Рисунок 10.



12. Ребенок рисует только себя.

«Забыв» нарисовать всех остальных, то это чаще говорит о том, что он не ощущает себя членом семьи. Ребенка в семье отвергают, неблагополучие и эмоциональные проблемы давят на него. Фигура может быть маленькой, «спрятанной» в углу листа, темной, со смазанным лицом. Но бывает, что ребенок с **завышенной самооценкой рисует одного себя** (рисунок 10), чтобы подчеркнуть свою значимость. Он тщательно прорисовывает детали одежды, лицо; фигура очень большая, яркая.

Рисунок 11.



13. Солнце на рисунке. (рисунок 11)

Символ защиты и тепла. Люди и предметы, которые находятся между ребенком и солнцем – то, что мешает ощущать себя защищенным, пользоваться энергией и теплом.

14. Обилие мелких деталей, закрытые детали (шарфы, пуговицы) сигнализируют о запретах, тайнах, до которых ребенок не допускается.

Родительское собрание № 7

Тема: «Скоро в школу мы пойдём. Дорос ли ребёнок до школы»

Материалы: колокольчик, мешочек с различными предметами сходными с геометрическими формами, реквизит для игр.

Педагог: Здравствуйте. Сегодня хочу задать вам несколько вопросов. Каждый, кто знает ответ, должен поднять руку, сложить пальцы в кулак, а большой палец поднять вверх. Когда все получат достаточно времени для размышлений, и я увижу много поднятых вверх пальцев, по сигналу вы все вместе дадите ответ на вопрос. Договорились? Начинаем...

Игра: «Большие пальцы вверх, говорим все вместе»

1. Как называют ребёнка, который первый раз идёт в школу?
2. Вещь, предназначенная для ношения учебников?
3. За что дёргают мальчики, впереди сидящую девочку на уроке?
4. Любимое время между уроками?
5. Самый главный человек в школе?
6. Школьный предмет, не требующий умственной нагрузки?
7. Сколько минут длится школьный урок?
8. Сигнал, который оповещает детей о приближающейся радости?
9. Понравилась ли вам игра?

Педагог: Молодцы вы прекрасно справились с заданием. Очень дружно и правильно отвечали на вопросы. И как вы заметили, все вопросы были по одной теме, теме, которая волнует многих родителей и детей. Дорос ли ребёнок до школы? Будет ли он успешен в школьной жизни. А какие вопросы волнуют вас?

Упражнение «Закончи предложение»

Педагог: Сейчас постараемся сформулировать эти вопросы. Я буду передавать по кругу этот колокольчик и тот, у кого он в руках должен закончить предложение: «Больше всего меня волнует (или тревожит)...»

По часовой стрелке педагог передаёт родителям колокольчик, родители продолжают предложение.

Обязательное условие – последний вопрос формулирует педагог:

«Больше всего меня интересует...Быть готовым к школе, что это значит?»»

Мини-лекция «Школьная готовность и игра»

Педагог: Подготовка к дошкольному обучению – задача комплексная, многогранная, охватывающая все сферы жизни ребёнка.

Конечно же, важно, чтобы ребёнок пошёл в школу физически крепким и здоровым. Подсчитано, что 25% детей испытывают значительные трудности в обучении именно в связи с состоянием здоровья. Перегрузки, сверхнапряжение сказываются негативным образом не только на физическом, но и на психическом здоровье. Поэтому особого внимания в подготовительный к школе период требует здоровье детей, их закаливание, охрана зрения, голоса, слуха, формирование правильной осанки.

Однако когда речь идёт о подготовке детей к школе, в первую очередь необходимо позаботиться серьёзно о психологической готовности. Одна из причин неуспеваемости это то, что многие дети малы психологически.

Требования, которые предъявляет к ребёнку школа, значительно отличаются от тех требований, к которым он привык в детском саду и дома. Первоклассник должен быть более самостоятельным и организованным (не опаздывать на уроки, выполнять домашние

задания), должен уметь управлять своим поведением (не отвлекаться во время уроков, не перебивать других, не вставать с места без разрешения).

Тяга ребёнка учиться в школе естественна и очень велика. Однако нередко можно встретить таких детей, которые боятся идти в школу. Чаще всего причиной подобного отношения является то, что детей запугивают взрослые «Ты же двух слов связать не можешь. Одни двойки будешь в школе получать», - это очень опасно и вредно, особенно к неуверенным в себе детям.

Изменяются с поступлением в школу и отношения ребёнка с окружающими. Учитель, как правило, строже, чем воспитательница, а тем более мама. И дома к ребёнку относятся по другому: как к человеку, у которого есть свои обязанности. Между взрослыми и детьми огромное жизненное пространство, состоящее из разницы в возрасте и разницы интересов.

Чего хотим мы, взрослые? Конечно, подготовить ребёнка к школе, да так, чтобы был не глупее других. Мы нанимаем репетиторов, водим детей в студии, кружки, где изучают иностранные языки, компьютер, логику, риторику, прочее...

Интерес ребёнка – жизнь, игра, познание. А на них как раз и не хватает времени. Рук не хватит, чтобы сосчитать, сколько за последнее время открылось так называемых «школ развития», удовлетворяющих потребность родителей (не детей) в интеллектуальной подготовке ребёнка к школе. Но нет ни одной «школы игры». Хотя именно в игре преимущественно осуществляется и интеллектуальное, и эмоциональное, и личностное развитие.

И единственное, что может сблизить и стереть границы между взрослым и ребёнком - это игра.

Скажите, часто ли вы искренне радуетесь игровым достижениям ребёнка? Много ли мы интересуемся играми детей во дворе, в саду? Самые распространённые вопросы родителей к ребёнку, когда его забирают из детского сада, касаются, в первую очередь, питания и поведения: «Ты хорошо себя вёл? Чем вас кормили на обед?». И ни одного вопроса: «В какие игры играли?». А ведь существует огромное количество игр на развитие умственных и познавательных способностей детей, таких как: внимание, память, восприятие, воображение, мышление. Эти функции, так или иначе, участвуют в процессе обучения, составляют его основу и определяют результат.

Игра «Чудесный мешочек»

Педагог: Для того, чтобы продолжить работу необходимо разделить на команды при помощи этого «волшебного мешочка».

*Педагог предлагает родителям передавать мешочек,
в котором собраны различные предметы,
напоминающие геометрические формы:*

круг, квадрат, треугольник, овал, прямоугольник.

Затем все размещаются за соответствующими столами.

Игровое упражнение «Поиграй, подумай и определи»

Педагог: На столах находятся описания игр, развивающих конкретные познавательные процессы ребёнка. После того как заиграет музыка, каждая команда попробует поиграть в эти игры и определить, какой именно процесс развивается в данной игре. (приложение 13)

*Данные игры, в зависимости от желания педагога и родителей,
можно проводить как одновременно, так и по очереди.*

Педагог: Спасибо, вы отлично справились с заданием. Вам было интересно? Дети играют в такие игры с немалым удовольствием, ведь здесь присутствуют главные факторы обучения – активность и общение.

Существует ложное мнение, что учить без принуждения просто невозможно. Но такой метод у любого ребёнка вызывает только скуку и отвращение к учению. Секрет интереса к

учёбе не только в занимательности (каждый день придумывать что-то, тяжело), но и в успехах детей, в их ощущениях своего роста, движения вперёд. Только успех учит ребёнка быть целеустремлённым.

Я подготовила для вас памятки так называемого победного учения (приложение 14), которые, я надеюсь на это, помогут вам и вашим детям безболезненно и успешно войти в учебную деятельность. В конце своего выступления мне хотелось бы пожелать вам удачи, набирайтесь терпения, и главное не спешите, помните тише едешь, дальше будешь, и тогда вы будете гордиться своими детьми.

Игра «Что изменилось» (зрительная память).

В.В. Петрусинский, Е. Г. Розанова «Игры для активного обучения».

Реквизит: маркерная доска с готовым изображением, желательна, с различными деталями и подробностями, маркеры, губка для исправления изображения.

Инструкция: Выберите одного ведущего. Все остальные, в течение одной минуты должны внимательно рассмотреть картину, как можно подробнее. По истечении времени, играющие отворачиваются, а ведущий изменяет в картине как можно больше деталей. После этого игроки поворачиваются и, по очереди, подходя к картине, исправляют изменения, приводя рисунок в исходное положение.

Игра «Поиск противоположных предметов» (мышление)

О. Н. Истратова «Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники».

Реквизит: карточка с изображением дома, чистые листы и фломастеры

Инструкция: Каждый игрок должен написать как можно больше других предметов, противоположных данному. При этом следует ориентироваться на различные признаки предмета и систематизировать противоположности (антиподы) по группам. Например: по размеру, по степени комфорта, по закрытости или открытости пространства, казённое или своё помещение и др. Побеждает тот, кто указал наибольшее количество групп противоположных предметов.

Игра «Дорисуй» (творческое воображение).

Реквизит: листы бумаги с недорисованными фигурами, фломастеры.

Инструкция: Дорисуйте фигуры на листах так, чтобы получилось законченное изображение или даже сюжетная картинка.

Игра «Ищи безостановочно» (внимание).

Р. В. Овчарова «Практическая психология в начальной школе»

Реквизит: разноцветные карточки по количеству игроков, чистые листы и ручки.

Инструкция: В течение 1 минуты нужно увидеть и записать как можно больше предметов того цвета, которого у вас карточки. Побеждает тот, у кого перечислено больше предметов.

Игры по типу «Танграмм» или «Колумбово яйцо» (восприятие)

Рецепты победного учения.

1. Поддерживайте каждый, даже самый маленький, успех ребёнка.
2. Вдохновляйте его на новые достижения.
3. Хвалите за конкретное дело, поступок, действие и не бойтесь перехвалить.
4. Есть множество причин отказа ребёнка от деятельности, занятий. Постарайтесь сосредоточиться лишь на одной из них и подумайте, чем конкретно вы можете помочь ребёнку.
5. Принуждение порождает отвращение к учению, поэтому ни в коем случае не принуждайте!
6. Точно определите, что нужно ребёнку: строгость, похвала, или, может быть его надо на некоторое время оставить в покое?
7. Терпение и ещё раз терпение! Любовь к учению иногда вспыхивает неожиданно.
8. Помните, что отрицательная оценка (и отметка в том числе) – враг интереса и творчества. Двойка, полученная ребёнком, - это уже наказание для него. Не ругайте за «плохие» отметки, иначе это будет повторным наказанием за один и тот же проступок.
9. **Верьте в ребёнка. Только ваша вера способна вселить в ребёнка уверенность в собственные силы и возможности. Не оскорбляйте ребёнка недоверием. У него могут быть свои, непохожие на ваши, интересы, мнения, тайны, желания.**

Удачи Вам и веры в своих детей!

Родительское собрание №8

Тема: «Общение – это просто»

Вначале собрания родители заполняют бейдж, где пишут свое имя и имя ребенка.

Педагог: Добрый вечер, уважаемые мамы и папы. Большое спасибо, что Вы нашли время, чтобы прийти на нашу встречу. Сегодня, «как обычно», необычное собрание. Я надеюсь, что оно пройдет в атмосфере взаимопонимания и сотрудничества.

Всем собравшимся известно очень популярное сегодня шоу "Где логика?" разобраться с тем, о чем мы сегодня будем разговаривать, поможет вот такой ассоциативный ряд. Попробуйте, включая логику, понять, о чем идет речь.



Педагог: Сегодня мы с вами поговорим о ВНИМАНИИ. Все мы, так или иначе, нуждаемся во внимании. Но, чтобы продолжить общение, нам нужно узнать друг друга поближе. Кто-то ходит к нам уже не первый год, с кем-то мы только начали общение.

Упражнение «Записки на спине»

Сейчас возьмите большие листы. Эти листы Вы прикрепите себе на спину, и те, с кем Вы здесь встретитесь, будут писать на них свои впечатления о вас.

Однако вы можете заранее выразить свои пожелания: если вы хотите, чтобы вам писали больше хорошего, в углах нарисуйте солнышко. Если для вас важно, чтобы написали о ваших недостатках, слабых сторонах, в углах нарисуйте тучки. А если вам интересно и то и другое, в углах нарисуйте вопросительные знаки.

На маленьких листочках дополните фразу: «Глядя на меня, можно подумать что я...» напишите что-то о себе и прикрепите на грудь.

Не спешите, посмотрите друг на друга. Эти листы находятся сзади, и вы не видите, кто что пишет.

Многим из вас это покажется странным - ходить и смотреть друг на друга. Да, взрослые часто кажется странным то, что естественно для детей. Дети любят разглядывать людей, просто смотреть на них, любоваться или удивляться. И поэтому дети такие прекрасные психологи.

(Пока воспитатель произносит этот текст, все участники игры ходят под тихую музыку).

А теперь вы можете подходить друг к другу, но не торопитесь что-то записать, постройте друг перед другом проанализируйте свои ощущения.

(Игра продолжается 10 минут).

Листочки пока не снимайте. Поднимите руки, кому было интересно?

Педагог: Теперь можете снять листы и прочитать, а маленькие оставьте на груди. Что приятнее писать или читать? Чтобы вы почувствовали, если бы к вам не подошли?

Мы все нуждаемся во внимании со стороны окружающих людей и не хотим чувствовать себя "пустым местом". Дети же тем более, так как им необходимо осознавать свою значимость.

Дети очень часто пытаются привлечь внимание к себе своим поведением.

Особенно часто это происходит, когда им внимания не хватает. А ведь и необходимая "доза" внимания у каждого ребенка своя.

Задайте себе вопрос: когда ребенок получает больше внимания от взрослых? Когда он больше плохо, а не хорошо себя ведет!

Если маленький ребенок плачет к нему бегут родители! Он что-то натворил - и получил больше внимания, чем за целый день нормального поведения. Вывод: "Если я хочу, чтобы мама и папа были рядом, я должен сделать что-то, что они делать запрещают!" - вот что усвоил ребенок. "Сердитое" внимание лучше никакого.

Никто не учит ребенка, как попросить внимания в приемлемой форме, когда он в этом нуждается.

Внимание - базовая психологическая потребность, такая же как еда и питье, с точки зрения физиологии. Но если детей учат просить еду, то как они должны вести себя, когда они "психологически голодны"?

Вопрос к родителям: "Как вы думаете, как можно распознать, что эта "выходка" имеет цель привлечения внимания?"

(Ответ: после получения необходимого внимания ребенок прекращает выходку)

Упражнение "Называлки"

Педагог: Сейчас, на несколько минут, мы с вами превратимся в маленьких детей. У вас свой мир, свои ощущения, свое восприятие всего окружающего. Я буду называть слова, а вы переделайте их на свой детский манер.

Например:

- будильник (звонилка, тикалка и т.д.);
- молоток
- поварешка
- вилка
- газета
- мяч и т.д.

Упражнение «Лавина»

Педагог: Представьте, что ваш дом занесло снегом во время выходных, вы не можете ни выбраться, ни связаться с кем-нибудь, ни получить помощь раньше понедельника. - Вы совсем одни, у вас нет никаких обязанностей, никакой домашней работы.

(хожу по группе, приглушаю свет, включаю презентацию метели)

У вас есть хорошая еда, музыка, книги, но нет телевизора и телефона и даже интернета. Но, у Вас есть еще кое-что. (достаю два ящика с набором предметов) Предлагаю Вас разделить на 2 группы. Давайте это делаем по принципу: те, кто посещает первый год и те, кто с нами продолжительное время.» Как Вы используете эти предметы? Какие игры можно с ними придумать? Ваша задача создать ребенку веселое времяпровождение.

(Предметы одинаковые обеим командам. 10 мин на создание игротеки)

- Предметы: губки для мытья посуды, орехи, крышки, крупы;
- бабушкины пуговицы;
- бусины от дешевой бижутерии.
- Веревка
- Носок и т.п.

(родители озвучивают игры). После того, как работа завершена, участникам предлагается осуществить эти планы в ближайший выходной

Педагог: А стоит ли ждать, когда ваш дом занесет снегом? Осуществите эти планы в ближайшие выходные. Мы часто жалуемся на нехватку времени и стараемся экономить чаще всего на общении с близкими. А ведь отсюда и большинство психологических проблем во взаимоотношениях.

Посвятите своей семье хотя бы один выходной! И пусть весь мир подождет!

-Ну что, мы взяли на заметку некоторые игры и завтра их опробуем с вашими детьми. И вспомните пожалуйста об очень популярной совсем недавно игре «Резиночка». Поиграем?

«Игра с резинкой»

Педагог: У людей есть традиция делать на одежде надписи: свой жизненный лозунг, обращение или призыв к окружающим, свое мнение по какому-либо вопросу или отношение к чему-либо. Я бы хотела сейчас вас попросить, оставить на нашей майке отзыв о сегодняшней встрече.

Родительское собрание №9

Тема: «В первый класс, не в первый раз»

Материалы: магнитно-маркерная доска, цветные стикеры, ватман с изображением здания школы, фломастеры.

Родители собираются в коридоре.

Начало собрания специально задерживается на 5-10 минут.

После внезапного звонка участники проходят в зал, рассаживаются за «парты» по два человека.

Педагог: Добрый вечер. Сегодня мы с вами собрались не совсем в обычной обстановке. Скажите, пожалуйста, какие вы испытывали чувства, когда стояли в коридоре и ожидали начала встречи?

Ответы родителей.

Педагог: Сколько разнообразных эмоций испытывали Вы: это и раздражение, почему так долго приходится ждать, и нетерпение, многие из вас поглядывали на часы, и определённая злость, почему так отнеслись, не предупредили и не извинились, и усталость, ведь всё-таки позади рабочий день. И это чувства взрослых людей, а ведь поступление в школу вызывает перестройку всего образа жизни и деятельности ребёнка. Маленький человек находится в состоянии постоянного ожидания, ведь ему предстоит что-то очень значительное и притягательное, но пока ещё очень неопределённое. Вот и дети стоят так на линейке 1 сентября – нарядные, взволнованные, уверенные или испуганные, гордые собой или несчастные от одиночества. Но, конечно же, все ищут глазами родителей, надеясь на их поддержку. Как сложится их школьная жизнь? Готовы ли они к новой роли ученика? Готовы ли родители к роли родителя первоклассника? Для того, чтобы разобраться с этими вопросами приглашаем вас уже не в первый раз, в первый класс. И первый урок: «Ознакомление с окружающим» для вас проведёт ...

Педагог представляет приглашённого специалиста: учителя начальной школы.

В своём выступлении учителю необходимо ответить на ряд вопросов:

- 1. Каковы основные требования к детям в школе?*
- 2. Какие документы необходимо иметь при себе для записи в первый класс?*
- 3. На что уделить внимание при выборе школьной программы? и др.*

После выступления звенит звонок.

Педагог: Спасибо за интересный и содержательный первый урок, но он окончен и наступает время перемены – мы можем с вами отдохнуть. В любом классе после напряжённого урока так нужна пауза релаксации и переключения внимания.

Упражнение «Невидимая надпись»

Педагог: Перед началом следующего урока, давайте подарим друг другу по рисунку. Каждый из вас, своему соседу, сидящему рядом с вами за «партой», нарисует на ладошке (на спине) рисунок, а вы с закрытыми глазами должны определить, что вам нарисовали. Потом нужно поменяться. Готовы? Начали.

Во время выполнения этого упражнения педагог включает расслабляющую музыку.

Педагог: Я думаю, что вы немного отдохнули. И второй урок-урок психологии проведёт педагог-психолог...

Представление приглашённого специалиста: педагога-психолога.

Психолог: Безусловно, мы, родители, заинтересованы в школьных успехах своего ребёнка и начинаем, как можно раньше, готовить его к этому событию. Но оказывается, что немаловажным в успешности обучения «первоклашки» является психологический настрой родителей. И чрезмерная тревожность и беспечность взрослых одинаково отрицательно сказываются на школьной готовности. Результаты предложенного теста дадут Вам ответ на вопрос, готовы ли Вы отдать своего ребёнка в школу.

Тест. (Приложение 15).

Психолог: Чувство тревожности знакомо так же и детям, самое неприятное чувство для первоклассника **ШКОЛЬНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ**. Понятие школьной тревожности обозначает комплекс негативных переживаний ребёнка (страх, тревога, нервозность) по поводу ситуаций, связанных со школой и учителем. Высокий уровень тревожности приводит к потере интереса к учению, учителем, и в частности, неприятию учебных задач и целей школьного обучения.

Чтобы увидеть присутствует ли это чувство у наших детей, как они относятся к новым изменениям в своей жизни, мы провели тест «Рисунок школы».

Психолог предлагает родителям рисунки детей по теме школы.

На обратной стороне изображения проведена обработка в соответствии с общими принципами рисуночных тестов (приложение 16).

Психолог: Результаты проведённого исследования показали, что большинство детей испытывают тревогу по поводу поступления в школу. 65% детей демонстрируют состояние эмоциональной тревоги по поводу начала школьного обучения, устойчивый, сильно выраженный страх перед школой никто не показал, у 35% детей сложилось эмоционально благополучное отношение к школе. Эта тревога во многом обусловлена тем, что дети не очень хорошо представляют, что их ожидает, чем будут заниматься. Оказывают своё влияние и негативный школьный опыт старших детей, и педагогические ошибки взрослых в семье (обсуждение в присутствии ребёнка трудностей обучения в начальной школе; высказывание сомнений по поводу его школьных успехов; нервозность родителей, связанная с зачислением ребёнка в первый класс). Как же создать у ребёнка положительную установку на учёбу в школе? Именно для того чтобы помочь вам ответить на этот вопрос, я подготовила вам памятки, в которых перечислены виды совместной деятельности с ребёнком, помогающие при формировании положительной мотивации.

Памятки родителям (приложение 17).

И в это время звенит звонок.

Игра «Король школы».

Педагог: Вот и наступила перемена. Представьте себе, что вы – короли и королевы школы, а школа - ваше королевство. Вы можете устанавливать здесь любые законы, которые покажутся вам разумными. Какие правила вы придумаете для ваших детей? Придумайте, запишите свои правила на цветных стикерах, лежащих у вас на столе. После этого прикрепите их на большой лист с нарисованным зданием школы, который находится перед вами на доске.

Эта игра позволяет занять родителям определённую позицию по отношению к школьным правилам.

Родители могут придумывать новые правила, по которым бы они хотели, чтобы жили их дети.

*После выполнения задания правила прочитываются.
Тот родитель, правило которого нравится большинству,
получает звание «Король или королева школы» (медаль или грамота).*

Педагог: Отличные правила получились, жаль, что таких правил не было тогда, когда мы с вами пришли в школу. И всё же особое внимание хочется обратить на вопросы здоровья. И поэтому наш следующий урок – урок ОБЖ и проведёт его...

Представление приглашённого специалиста: врача - педиатра или медсестры.

Медицинский работник: В настоящее время практически нет абсолютно здоровых детей. Надо уделять первостепенное внимание укреплению здоровья, физическому развитию, закаливанию, развивать моторику, координацию, необходимо не просто гулять во дворе, а играть в подвижные игры. Если ребенок не обладает физической силой и выносливостью, то все остальные его знания и умения практически лишены; смысла.

Перед школой необходимо установить режим дня - часы отдыха, еды, занятий, прогулок. Отсутствие режима в первую очередь бьет по здоровью, по неокрепшей нервной системе.

Особенно, важное значение, режим дня приобретает для первоклассника не только из-за увеличения нагрузки, но еще и потому, что у ребенка появятся новые обязанности, которые потребуют от него большей собранности и дисциплинированности. Режим помогает правильно сочетать труд и отдых, привыкать к новым условиям жизни. Врачи утверждают, что режим дня - это лучшая мера, предупреждающая возбудимость и раздражительность детей. Режим может помочь сохранить нормальную работоспособность в течение дня и всего учебного года. Согласно исследованиям врачей-гигиенистов, работоспособность в течение дня не одинакова. Так, можно установить два пика трудоспособности. Первый пик приходится на промежуток времени с 8.00 до 11.00 утра - дети в это время будут находиться в школе. Затем происходит снижение трудоспособности. Второй пик приходится на промежуток времени между 16.00 и 18.00, а потом следует резкий спад трудоспособности. Из этих данных исследований врачей следует, что жесткий контроль за выполнением домашних заданий после 18.00 пользы не приносит и эта работа может нанести скорее вред, чем пользу ребенку.

Для того, чтобы помочь вам распределить обычный день первоклассника мы приготовили памятки.

(Приложение 18)

Для нормального развития психики ребенку необходимо чувство защищенности. В трудную минуту помогите, защитите, не отталкивайте своего малыша. Ребенок в этом возрасте еще не способен себя оценить, оценить результаты своей работы. Он оценивает только свои усилия. Если он старался, то все, что он сделал, ему нравится. Будьте осторожны, оценивая работу первоклашки. И еще, в силу незрелости мозга ваш ребенок пока очень плохо понимает юмор. Поэтому его нельзя поддразнивать, подшучивать над ним.

Сегодня принято нагружать ребенка массой дополнительных заданий. Мое мнение, может быть, субъективно, но в первом классе перегружать ребенка кружками, по крайней мере, первые полгода, не нужно, а дальше надо смотреть и действовать по обстановке. Если ребенок адаптировался, вошел в школьный ритм, основная нагрузка не доставляет проблем, не требует большего напряжения, то можно подумать и о внеклассной деятельности. Особое внимание хочу обратить на музыкальные занятия - они, как правило, отнимают слишком много сил и времени, если вы не мечтаете

вырастить из своего сына или дочери великого музыканта, отложите начало этого процесса, хотя бы до второго класса. Одно остается в силе всегда - это физическое закаливание, зарядка, в выходной день - лыжи, коньки, прогулки вместе с родителями.

Понаблюдайте за ребенком. Сколько времени он может заниматься с вами? Выработайте усидчивость не спеша. Если в результате интересного занятия он может сидеть 20-30 минут – это хорошо. Помните, что усидчивость достигается не принудительностью, а живой заинтересованностью.

После выступления медицинского работника звенит звонок.

Педагог: Вот и закончился последний урок. Я надеюсь, что вы узнали для себя сегодня много нового и интересного. И те, отрицательные чувства, которые испытали в начале нашей встречи, изменились у большинства на положительные. В конце встречи давайте, выразим наши чувства с помощью карандаша и краски. Я предлагаю нарисовать ваши чувства. Не пугайтесь вашего неумения, отсутствия техники рисования. Главное – искренность и желание.

Звучит релаксационная музыка.

После завершения рисования все рисунки помещаются на доску, родители по желанию могут раскрыть содержание рисунка, дать ему название, отметить наиболее понравившийся рисунок.

Тест

Прочитайте внимательно каждое утверждение и, если согласны с ним, поставьте рядом 1 балл

1. Вы считаете, что Вашему ребёнку будет трудно учиться в школе?
2. Вы опасаетесь, что, придя в школу, Ваш ребёнок будет чаще болеть?
3. Вы не можете себе представить, что Ваш ребёнок достаточно быстро и успешно овладеет чтением, письмом, счётом?
4. Вы думаете, что он сможет быть лучше всех?
5. Вы считаете, что дети – «первоклашки» не умеют быть достаточно самостоятельными?
6. Вас волнует, будет ли первый учитель внимательным к Вашему ребёнку?
7. Вы опасаетесь, не будут ли обижать и дразнить Вашего ребёнка?
8. Вы не уверены в объективности и справедливости будущей учительницы Вашего ребёнка?
9. Без Вас ребёнок часто плачет, угнетён?
10. По Вашему мнению, в таком возрасте ребёнка обучать лучше дома, чем в школе?
11. Вы считаете, что Ваш ребёнок будет сильно уставать в школе?
12. Вам кажется, что в начальной школе дети мало чему могут научиться?
13. Вы опасаетесь, что ребёнок с приходом в школу станет непослушным?
14. Ваш ребёнок напрочь отказывается идти в школу без Вас?
15. Вы уверены, что дети – «первоклассники» ещё не способны на взаимопомощь и дружескую поддержку?

Подсчитайте, какое количество баллов вы набрали.

10 и более баллов. Вам необходимо снизить уровень опеки над ребёнком. Дайте ему возможность быть более самостоятельным. Не мешайте ему контактировать со сверстниками. Занимайтесь закаливанием малыша, поиграйте с ним в школу.

5-10 баллов. Вы не уверены в успехе ребёнка. Это вполне естественно. Поделитесь своими опасениями с будущим учителем. Возможно, Вы станете спокойнее и правильно подготовите малыша к школе.

4 и менее баллов. Вероятно, Вам сопутствует оптимизм и уверенность. Хороший совет для Вас – не быть беспечным и невнимательным.

Тест "Рисунок школы"
Обработка результатов

Эмоциональное отношение к школе и учению оценивается по трем показателям:

1. Цветовая гамма.
2. Линия и характер рисунка.
3. Сюжет рисунка.

При анализе рисунка по каждому из этих показателей выставляется балльная оценка, затем баллы складываются.

ЦВЕТОВАЯ ГАММА.

2 балла – в рисунке преобладают яркие, чистые, светлые тона и их сочетания (желтый, светло-зеленый, голубой и т.д.);

0 баллов – рисунок выполнен в темных тонах (темно-коричневый, темно – зелёный, черный);

1 балл – в равной степени присутствуют светлые и темные тона.

ЛИНИЯ И ХАРАКТЕР РИСУНКА.

2 балла – объекты прорисованы тщательно и аккуратно; используются длинные, сложные линии различной толщины, нет «разрывов» контура;

0 баллов – объекты изображены нарочито небрежно, схематично; линии двойные, прерывающиеся, одинаковой длины и толщины, слабая линия;

1 балл - в рисунке присутствуют обе характеристики.

СЮЖЕТ РИСУНКА.

2 балла – симметричное изображение (рисунок школы занимает центральное место на листе); наличие деталей и украшений, элементов декорирования, изображение различных предметов, оживляющих пейзаж (цветов, деревьев, плакатов, флагов, занавесок на окнах и др.); изображение детей, идущих в школу или сидящих за партами, учителя и «процесса учения»; время года – весна, лето (светит солнце, нет туч); изображение светлого времени суток;

0 баллов – асимметричность рисунка; отсутствие деталей и украшений; отсутствие на рисунке людей либо изображение детей, уходящих из школы; время года –осень, зима (темное небо, идет дождь или снег); время суток – ночь или вечер;

1 балл – в рисунке присутствуют обе характеристики.

Анализ результатов.

6-5 баллов – у ребенка сложилось эмоционально благополучное отношение к школе и учению, он готов к принятию учебных задач и взаимодействию с учителем;

4-2 балла – у ребенка есть некоторая тревога по поводу школьного обучения как незнакомой для него ситуации, необходимо расширить круг его знаний и представлений о школьно-учебной деятельности, формировать положительное отношение к учителю и одноклассникам; причинами тревоги могут быть нервозность и необдуманные высказывания взрослых, негативный опыт обучения в школе старших детей;

1-0 баллов – у ребенка явно выпаженный страх перед школой; часто это приводит к неприятию учебных задач и отказу от учебной деятельности, трудностям в общении с учителем и одноклассниками.

**Создание у ребёнка положительного отношения к школе и формирование
направленности на обучение**

Экскурсии с ребёнком в школу.

Встреча и знакомство с учителями.

Рассказы о своих любимых учителях.

Показ фотографий, грамот, связанных со школьными годами родителей.

Совместный просмотр фильмов и телепередач с последующим обсуждением.

Организация семейных торжеств по поводу школьных успехов старших детей.

Семейное чтение художественной литературы.

Организация книжного уголка для ребёнка.

Обращение при детях к семейной библиотеке в поисках решения возникающей проблемы.

Знакомство с пословицами и поговорками, в которых славится ум, подчёркивается значение книги.

Участие и детей, и взрослых в сюжетно-ролевой игре в школу.

Никогда не запугивайте детей школой!

Примерный режим дня первоклассника

Утро: Ребёнку необходимо умыться, одеться, убрать свою постель. Эти умения должны быть сформированы до того, как ребёнок пойдёт в школу. Необходимо в этот период времени постараться обойтись без излишней спешки и нервозности, одёргиваний и покрикивания.

Дорога до школы. Использовать путь до школы в качестве неторопливой прогулки перед школой. Поэтому из дома лучше выходит заранее.

Занятия в школе.

Дорога из школы домой. Нужно сделать постоянным требование: после школы сразу домой, а все остальное после обеда.

Переодевание после школы.

Обед.

Свободное время. Возможно его использование на сон, прогулку, отдых, выполнение посильной работы по дому, регулярной и контролируемой со стороны взрослых. Стоит прислушаться к мнению врачей по поводу распределения свободного времени:

- не меньше 3 часов должно отводиться на прогулку и подвижные игры;
- 30-40 минут на посильную работу по дому;
- 1 час на самообслуживание;
- оставшееся время на кружки, секции и другие учреждения дополнительного образования;
- на подготовку домашних заданий учащимся 1 класса отводится 1 час времени.

Вечером следует отвести время для общения с ребенком, непродолжительного просмотра детских передач по телевизору или работы на компьютере.

Подготовка ко сну.

Ночной сон.

Это основные элементы режима дня ученика 1 класса. Приучать ребенка к такому режиму дня следует до начала занятий в школе. На привыкание к новому распорядку может уйти от двух недель до двух месяцев. Это будет зависеть и от ребенка, и от умения взрослого строго следовать своим требованиям. Роль режима дня станет нормализующей!! жизнь семьи только после того, как соблюдение режима дня станет для первоклассника привычкой. Но работы для этого предстоит проделать очень много. Желательно, чтобы табличка с таким режимом дня висела над рабочим столом первоклассника.

7. Обоснованные критерии ограничений и противопоказаний на участие в освоении программы: личный отказ родителя (законного представителя) от участия в программе проведения родительских собраний.

8. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы.

Гарантии прав участников программы обеспечиваются следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон РФ «Об образовании Российской Федерации».
- Должностные инструкции педагога-психолога.
- Устав образовательной организации.
- Договор между родителями ребенка (законными представителями) и образовательной организацией.
- Письменное согласие родителей ребенка (законных представителей) на психологическое сопровождение.
- Этический кодекс педагога - психолога.
- Добровольное участие.

Помимо этого психолог или педагог, реализующий программу, в своей работе проявляет уважение, искреннюю заинтересованность, доброжелательность к каждому участнику воспитательно-образовательного процесса, учитывает культурный контекст и жизненные установки родителей.

9. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей, педагогов).

Сферы ответственности, права и обязанности участников программы прописаны в следующих документах:

1. Должностная инструкция педагога-психолога.

10. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы:

Требования к специалистам, реализующим программу

Кадровое обеспечение образовательной программы должно соответствовать требованиям:

1. Специалисты, должны владеть современными технологиями, необходимыми в процессе обучения;
2. Специалисты должны быть компетентными в соответствии с новыми требованиями ФГОС;
3. Специалисты со опытом работы в области образования (предпочтительно).
4. Высшее педагогическое или психологическое образование.

Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации

Технические средства: мультимедийный проектор и экран; принтер цветной; оборудование компьютерной сети.

Требования к информационной обеспеченности учреждения для реализации программы

- информационно-образовательные ресурсы в виде печатной продукции (буклеты, брошюры);
- информационно-образовательные ресурсы на сменных электронных носителях (методические рекомендации, статьи);
- информационно-образовательные ресурсы Интернета (сайт, электронный портал для родителей).
- Санитарно-гигиенические условия процесса (температурный, световой режим и т.д.).

- Пожарная безопасность, электробезопасность.
- Наличие среды адекватной для проведения занятий (просторное помещение, позволяющее проводить подвижные игры, эстетические условия)

11. Сроки и этапы реализации программы.

Программа «Семейная азбука» реализуется в течение 4х лет с родителями детей среднего и старшего дошкольного возраста (4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет) и состоит из 9 родительских собраний, в различной форме: практикумы, с элементами тренинга, а также включающая индивидуальные консультации со специалистами МБДОУ, стендовую информацию, досуги с родителями. Периодичность планируется в соответствии с особенностями ООП МБДОУ.

Этапы реализации программы:

I этап: первичный мониторинг –сентябрь

II этап: реализация программы–сентябрь-май

III этап: итоговый мониторинг, подведение итогов, уточнение задач по реализации программы на следующий год –май.

12. Ожидаемые результаты реализации программы (промежуточные и итоговые).

- заинтересованность собраниями и их посещаемость родителями;
- положительные отзывы о собраниях по программе от участников;
- наличие положительной динамики мониторинга адаптации готовности детей к школе.

Предполагаемый результат освоения программы

В результате встреч с родителями отмечается повышение уровня психолого-педагогической компетентности: формируются навыки положительной коммуникации, уменьшается доля критичного отношения к ребёнку и ненужных требований, родители приобретают умения в решении проблем.

Ожидаемым следствием изменения родительского поведения являются изменения в поведении детей и их готовность к обучению в школе.

13. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы.

Контроль за реализацией программы осуществляют заведующий МБДОУ г Шахты №44 и заместитель заведующего по ВМР г Шахты №44. Психолого- педагогическая программа принимается решением педагогического совета и утверждается заведующим МБДОУ г Шахты №44.

14. Критерии оценки достижения планируемых результатов:

Качественные критерии:

— Знают, что все люди отличаются друг от друга внешностью и поведением, но обладают и схожими чертами (строение тела, эмоции); им знакомы способы эмоциональной поддержки сверстника, взрослого.

— Понимают, что причинами конфликта могут быть противоположные интересы, чувства, взгляды, и имеют представление о возможных способах разрешения конфликтов.

— Понимют друг друга, осознают собственную ценность и ценность других людей; проявляют эмпатию и толерантность.

— Выражают свои чувства и понимают чувства другого.

— Способны находить конструктивное решение конфликта.

Количественные:

— Проведение всех запланированных занятий.

15. Сведения о практической апробации программы на базе организации.

Программа в настоящее время проходит апробацию.

Представленная психолого-педагогическая программа «Семейная азбука» проходит практическую апробацию на базе МБДОУ г. Шахты №43 с сентября 2025 года по май 2026года

В апробации участвуют родители 2 групп:

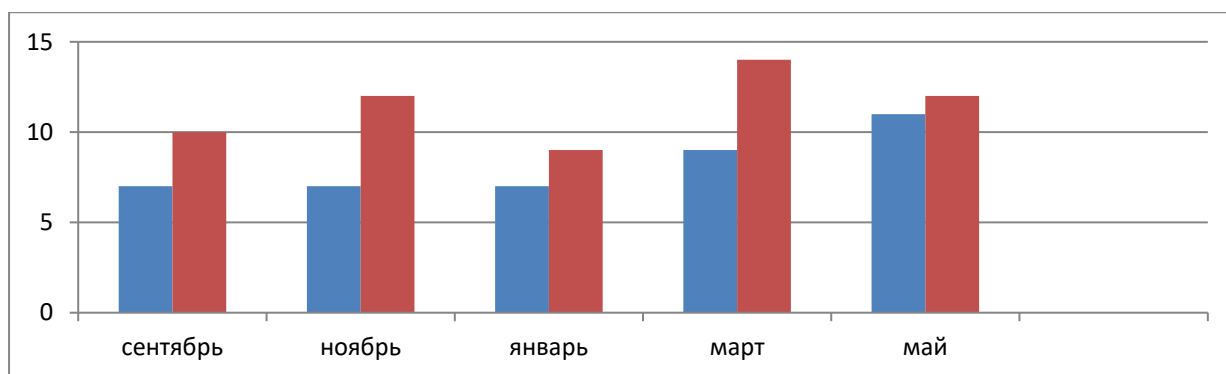
1 группа – родители старшей группы компенсирующей направленности для детей с ТНР, возраст детей (5-6 лет).

2 группа родители подготовительной к школе группы компенсирующего для детей с ТНР, возраст детей (6-7 лет).

Представленные ниже результаты мониторинга подтверждают эффективность практической апробации программы.

Диаграмма посещаемости собраний родителями детей старшей группы компенсирующей направленности для детей с ТНР, возраст детей (5-6 лет)

Диаграмма посещаемости собраний родителями детей компенсирующей группы для детей с ТНР:

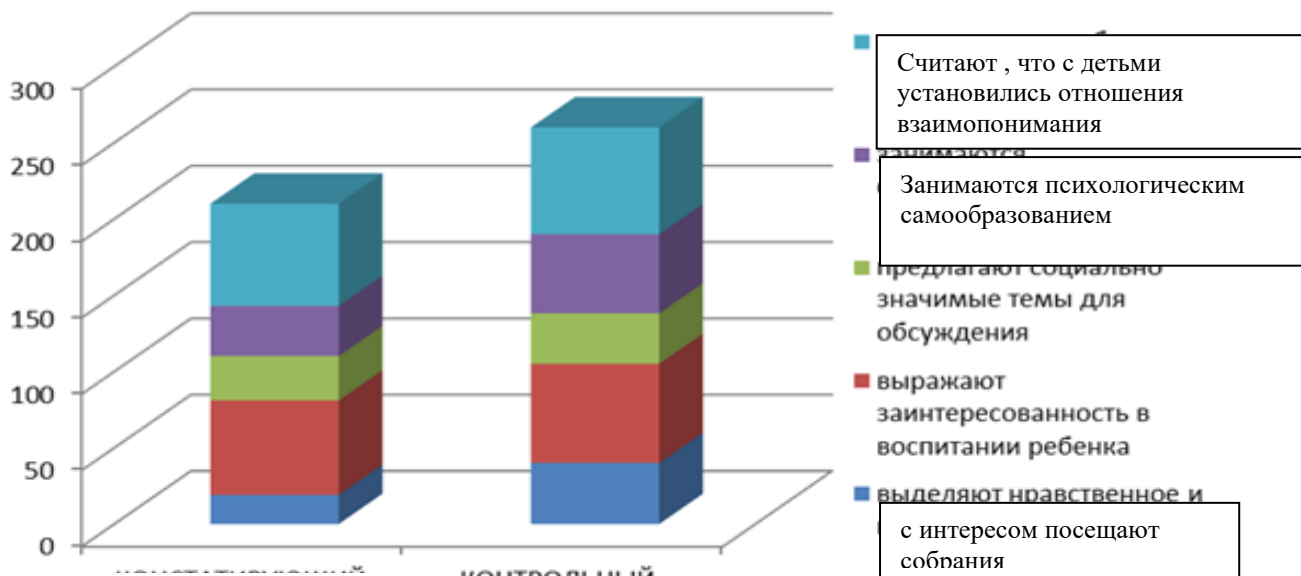


По результатам «Анкеты для родителей стили и методы воспитания ребёнка в семье», автор педагог - психолог Жолобова Л.П., мы заключили, что уровень педагогической компетентности по когнитивному компоненту повысился фактически в два раза.

52% - 26 родителей обладают в полной мере теоретическими знаниями о процессе воспитания своего ребенка, о психофизиологических и личностных особенностях развития ребенка. Родители проявляют активность в пополнении знаний и заинтересованность в воспитании ребенка.

30% - 15 опрошенных родителей показали средний уровень развития когнитивного компонента своих детей. Потребность в пополнении знаний у них выражена недостаточно. Основная часть родителей из данной группы согласилась с тем, что полученных знаний в процессе образовательной деятельности является для них достаточной. Хорошо знают физиологические и возрастные особенности развития детей, однако недостаточный объем знаний в области личностного развития ребенка.

18% - 9 родителей показали низкий уровень педагогической компетентности. Данная группа родителей показала низкий уровень знаний о личностном и психофизиологическом развитии своего ребенка, также не выразили желания в дальнейшем приобретать данные знания.



Таким образом, программа позволяет активизировать интерес дошкольника вначале к самому себе, потом к своему окружению, семье, обществу, способствует воспитанию толерантности, уважения прав людей других национальностей и рас, а также обеспечивает базу развития их нравственной и правовой культуры при дальнейшем обучении в школе.

Реализация данной программы признана эффективной и рекомендуется к дальнейшему использованию в МБДОУ.

Список литературы

- Баркан А.И. Его величество Ребенок какой он есть. Тайны и загадки./ А.И.Баркан- М.АО "Столетие",1996-368с.
- Веракса Н.Е. Понимаете ли бы своего ребёнка: книга для родителей/Н.Е. Веракса - 2-е изд., стереотип. - М.: Дрофа, 2008. - 91 с.
- Гатанова Н.В. Тесты для подготовки ребёнка к школе. Для детей 6-8 лет/ Н.В.Гатанова Е.Г. Тунина. -СПб: «Издательский Дом «Нева»»; - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2001. - 192 с
- Гатанов Ю.Б. Энциклопедия подготовки ребёнка к школе. С6-8 лет /Ю.Б. Гатанов. - СПб.: «Издательский Дом «Нева»»; -М.: ОЛМА-ПРЕСС 2001 -240 с.
- Галанов Н.С. Игры, которые лечат/Н.С.Галанов-М.: Педагогическое общество России, 2000.- 87с.
- Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как?/Ю.Б.Гиппенрейтер-3-е изд., испр. и доп.- М:"ЧеРо" 2003.-240-с.
- Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? /Ю.Б. Гиппенрейтер-АСТ "Астрель; Владимир: ВКТ, 2008-251с.
- Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Д.Б. Кудзилов. - СПб.: Речь, 2003 - 144 с.
- Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техника /О.Н.Истратова.- Ростов н/Д.: Феникс, 2007.-349 с.
- Оганесян И.Т. Методы активного социального - психологического обучения: тренинги дискуссии, игры /Н.Т.Оганесян. – М.: Ось - 89, 2002. - 176 с.
- Петрусинский В.В. Игры для активного обучения/ В.В. Петрусинский, Е.Г. Розанова М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2007. - 125 с.
- Петрусинский В.В. Игры для активного отдыха в процессе обучения/ В.В. Петрусинский, Е.Г.Розанова М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2007. - 127 с.
- Петрусинский В.В. "Искусство общения в играх»/В.В. Петрусинский, Е.Г. Розанова – М. Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2007.- 157 с.
- А.С. Прутченков. Школа жизни: методические разработки социально-педагогических тренингов/А.С.Прутченков. - 2-е издание., испр. и допол. - М.: МООДиМ «Новая цивилизация» Педагогическое общество России 2000 - 192 с.
- Психологические тесты/ под ред. А А'Карелина: В 2 т' -М': Гуманит~ изд. центр «ВЛАДОС»,2003.-Т.1.-312с
- Психологические тесты/ под ред. А А'Карелина: В 2 т' -М': Гуманит~ изд. центр «ВЛАДОС»,2003.-Т.1.-248с
- Программа просвещения родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста, посещающих дошкольные образовательные организации / Т.П. Авдулова, И.А. Бурлакова, Е.И. Изотова, Т.В. Кротова, О.В. Никифорова, В.А. Новицкая, Г.Р. Хузеева, Р.И. Яфизова [и др].: под ред. Е.И. Изотовой, Т.В. Кротовой. – Москва, 2024 – 225 с
- Страковская В. Помогите малышу подготовиться к школьной жизни Страковская В.-М. ТЕРРА-СПОРТ,2000.-110с.
- Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Практическое пособие/ К. Фопель-Пер. с нем; в 4-х томах. Т.3.2-е изд., стер.-М.; Генезис, 2003-160с.
- Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Практическое пособие [Текст]/ К.Фопель-Пер. с нем; в 4-х томах. Т.2.2-е изд., стер.-М.; Генезис,2003-160с.
- Шитова Е.В. Работа с детьми-источник удовольствия: методические рекомендации по работе воспитателей с детьми и родителями/ Е.В. Шитова-Волгоград: Панорама,2006.-176с.
- Шевченко М. Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых./ Шевченко, М.- Екатеринбург;-М.:АСТ Москва;-Владимир: ВКТ,2009.-128с.
- Шелопухо О. Какой у Вас ребенок? Популярная психология для родителей [Текст]/Шелопухо -СПб.: "Издательский Дом Нева";-М.: ОЛМА-ПРЕСС,2002.-319с.