

ЕЖЕКВАРТАЛЬНАЯ ГАЗЕТА МУНИЦИПАЛЬНОГО
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ДЕТСКИЙ САД 50»



№19

2й КВАРТАЛ 2025 г.
ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ

● От редакции

«Мудрость воспитания»

● СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

«Почему нельзя запрещать детям капризничать и что будет, если все-таки это делать?»

● ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

«Необычные способы научить детей считать и решать задачи по математике»

● РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

«Как заинтересовать ребенка чтением»

● ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

«Можно (и нужно ли) отдавать трёхлетнего ребёнка на занятия музыкой?»

● ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ЗДОРОВЬЕ

«В поход с ребенком: что взять с собой, как спастись от клещей и чем заниматься без телефона»

● ЭТО ИНТЕРЕСНО!

« 5 красивых и интересных книг для дошкольников: секретный список от сказкотерапевта»

«Мудрость воспитания»

НАШИ
ЛЮБИМЫЕ
МАЛЫШИ



Не воспитывай
детей, все равно
они будут
похожи на тебя.
Воспитывай себя!

— Английская пословица

Дети нас не слышат.
Дети на нас смотрят,

Омар Хайям

Чтобы уберечь
ребёнка
от плохого,
его нужно
заинтересовать
хорошим.



«РЕБЕНОК, ОН КАК РАСТЕНИЕ-
ЕГО НУЖНО ПОДПИТЫВАТЬ
И ЗАЩИЩАТЬ,
А НЕ ТЯНУТЬ ЗА ВЕРХУШКУ».

Ю. ГИППЕНРЕЙТЕР



● «Почему нельзя запрещать детям капризничать и что будет, если все-таки это делать?»



Как родителям научиться не ругать ребенка и не давить на него? В каком возрасте лучше обсуждать с детьми вопросы, связанные с интимной безопасностью, и правила поведения в интернете? Ответы на эти и множество других вопросов есть в книге психолога Олеси Новиковой «Детство без угроз». С разрешения издательства «Эксмо» публикуем отрывок о том, почему умение управлять эмоциями — это тоже про безопасность.

Научите детей навыкам «психологической самопомощи»

Если бы меня в детстве кто-то научил успокаиваться, расслабляться, справляться с волнением и усталостью от перенапряжения, мне было бы намного проще и радостнее жить. Хорошо, что сейчас я могу передать эти навыки своему ребенку. И это будет большой шаг к его психологической безопасности.

Мы не всегда можем быть рядом с ребенком и помочь ему, когда трудно. Он может быть в саду, в школе, когда нахлынула обида или какая-то сложная эмоция, когда хочется кричать и плакать. Уже с 3–4 лет можно учить ребенка простым способам саморегуляции и успокоения. К примеру, в момент, когда он разволновался или ему грустно, нужно подойти к кулеру, налить себе стакан воды и выпить его. Но не залпом, а маленькими глоточками. Также можно научить ребенка в моменты волнения правильно дышать. Глубокий протяжный вдох через нос и длинный выдох через рот. Если так подышать десять раз, получится быстро успокоиться.

Научите успокаиваться

Ребенку действительно нужна помощь. Он не родился с умением снижать свои обороты и успокаиваться. И ему нужны спокойные виды деятельности, которые сможет организовать только родитель. А потом он поймет, как это работает, и будет применять сам.

Итак, есть семь основных способов успокоить ребенка:

И первый — это сон. Если у вас беспокойный ребенок, ему трудно держать себя в руках, он часто срывается на истерики, дневной и ночной сон должны быть в приоритете. Даже если ребенок уже не спит в обед, ему все равно нужен час тишины. Спокойное пространство с пазлами, фломастерами, тихой музыкой и аудиокнигой. Без гаджетов. Детей нужно учить отдыхать, чтобы потом они сами восстанавливали свою энергию и поддерживали эмоциональное равновесие. Отдохнул часик и без лишних истерик вечером отправился на кружки, занятия, прогулку.

Вода. Одних успокаивает теплая, других — холодная. Вода всегда снимает напряжение. Погрузили в ванну истерящего, достали нормального человека. Если ванны рядом нет, может помочь и влажный платок, приложенный ко лбу. Или струя воды в раковине. Разрешите ребенку мыть овощи, пока готовите ужин. Переливать воду в стаканчиках. И настроение у всей семьи станет лучше.

Массаж. Посадите ребенка на колени и мягко помассируйте ему голову, пощекочите ушки. Пройдитесь по лицу. Нежные прикосновения успокоят любого. Погладьте шейку, каждый пальчик. И ребенок засияет от счастья.

Театр. Попросите ребенка изобразить осенний листик, который медленно кружится и мягко падает на землю. Включите спокойную мелодию, чтобы подсказать, как двигаться. В конце можно сделать глубокий вдох и выдох, чтобы выпустить ветер из своего тела. Кстати, специалисты рекомендуют гиперактивным и гиперэмоциональным детям посещать театральные кружки и студии. Им будет очень полезно.

Лизуны и игрушки антистресс. Любые тактильные и сенсорные занятия помогают детям, которым трудно держать себя в руках. Им нужно почаще задействовать все органы чувств. Мять «жвачку» для рук, лепить из пластилина, слушать музыку, гладить что-то шелковое или пушистое. Нюхать ароматное масло. Хорошо успокаивает сон под тяжелым одеялом.

Детям нужны физические и монотонные упражнения. И условия, чтобы он мог бегать, прыгать, лазать, плавать. Хорошо монотонно шагать по беговой дорожке, крутить педали. Если нет возможности задействовать большие мышцы, дайте что-то в руки: головоломку или пружинку.

Дыхание. Этот прием доступен даже малышам. Покажите, как глубоко вдохнуть и так же выдохнуть. Чтобы было интересней, скажите, что ваш палец — свеча на торте, которую нужно задуть.

Когда ребенок кричит и плачет, родители начинают волноваться. Всеми возможными способами стараются успокоить ребенка и сделать так, чтобы стало тихо.

Мама и папа тревожатся, суетятся и своим поведением еще больше усугубляют ситуацию. К тому же тратят на это очень много сил

Ребенок получил отказ. И это нормально, это жизнь, не всегда он будет получать то, что хочется. Ребенок недоволен, он кричит и плачет. И это тоже нормально, он злится и имеет на это полное право. А что делает мама? Старается скорее все прекратить. Она не может слушать детский плач и требует замолчать. Она не дает ребенку прожить эмоцию. Потому что не способна ее принять.

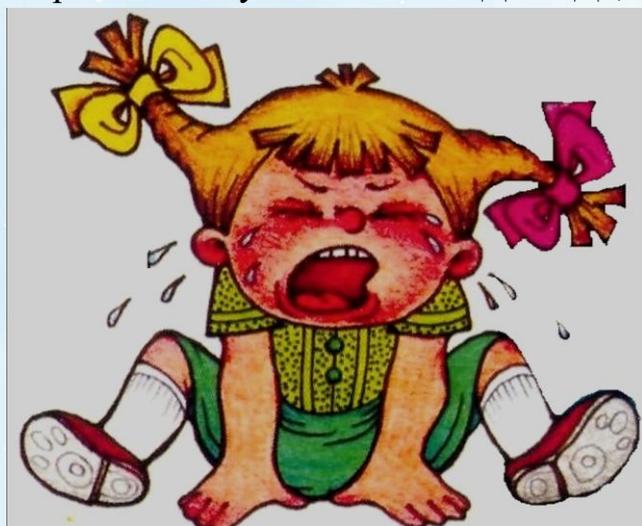
Есть несколько шагов, которые нужно сделать.

Первый — сказать ребенку о том, что вы понимаете, почему он расстроен. Обычно мамы говорят «нет, нельзя, так не надо и прекрати орать». Но нужно сказать «ДА». Да, я понимаю, что ты хочешь еще гулять, смотреть мультики или не делать уроки. Да, я даю прожить тебе эту эмоцию и все равно тебя люблю. Если мама тебя слышит, нет надобности кричать громче.

Главная сложность — говоря ребенку, что ты его понимаешь, делать это искренне. Сочувствовать и не обесценивать. Это для нас потерянная в садике машинка — ерунда, а для малыша — настоящая трагедия.

Нужно дать ребенку время на то, чтобы поплакать и чтобы успокоиться. Мы стараемся быстро утешить ребенка, заглушить его эмоции.

Но если так делать, все останется внутри и ребенок не научится эмоции проживать.



Второй шаг — озвучить эмоцию. Ты чувствуешь ЭТО. Тебе обидно, скучно, ты сердисься... Учим ребенка понимать свою эмоцию, тогда ему проще будет сказать маме о том, что он чувствует. Вместо того, чтобы орать. Вы можете не угадать. Но можно перебирать и найти нужное — обижен, раздражен или что-то другое.

Третий шаг. Ребенок услышал, что мама на его стороне, он даже чуть успокоился, и пришло время объяснить ситуацию: почему именно сейчас пора убирать игрушки или идти спать вместо мультика.

Обычно с этого родители начинают. Но пока ребенок плачет, он ваших объяснений просто не услышит. Потому что нужно сначала успокоить эмоции, а потом переходить к логике. Только на этом этапе ребенок сможет вспомнить о правилах.

Четвертый шаг — предложить альтернативу. Мы всегда говорим, что нельзя, но редко говорим, что тогда можно. Дети, которые живут в постоянных запретах, сопротивляются и плохо себя ведут. Поэтому предлагаем: сейчас идем спать, но завтра мультик досмотрим. Сейчас уходим домой, но завтра на площадку снова вернемся. Главное — давать такие обещания, которые вы точно сможете выполнить.

Еще важно знать о том, что чем младше ребенок, тем больше ему нужно времени, чтобы успокоиться

Поэтому не ждите от него того, чего он еще по возрасту не может, и не злитесь из-за этого зря. И конечно, реагировать так мама сможет только в том случае, если у нее есть на это силы. Поэтому, если взрываетесь на пустом месте, — приведите себя в порядок. А если прямо физически не переносите детский плач, обратитесь за консультацией к психологу. Он должен помочь.

Научите понимать эмоции

Когда были маленькими, мы играли в магазин и радовались деньгам из листиков. Прыгали через резиночки дотемна. Выходили во двор без страха. Как-то обходились без мобильных телефонов. И были счастливы. Хотя у нас ничего особенного для счастья и не было.

Современные дети другие. Они подстраиваются под изменения, которые происходят в обществе.

Не могу сказать, что сейчас все дети такие, но есть тенденция к тому, что они более нервные, раздражительные, угрюмые и капризные, чем мы были когда-то. Несмотря на то что их намного больше развлекают, занимают, развивают, берегут и опекают.

Современные родители много работают и испытывают чувство вины за то, что мало времени проводят с детьми. Компенсируют это игрушками и сладостями. Современные родители живут отдельно от родственников, а значит, у них нет помощи и много тревоги. Они не могут себе позволить отпустить ребенка к соседям или на улицу. Вместо того чтобы играть со сверстниками, дети играют с гаджетами. А это значит, у ребенка нет возможности познакомиться с человеческими эмоциями. Телефон и телевизор эти знания и опыт не дадут. Чтобы получить социальные навыки, ребенку нужны родители, родственники, друзья и соседи — разные люди.



К чему может привести то, что ребенок не понимает своих эмоций?

Как минимум к тому, что он не будет воспринимать и чужие. К чему еще? Приведу примеры: девочка, которая не понимает, что с ней, она голодна или тревожится, начинает заедать все мало-мальские стрессовые ситуации. Мальчик, который не научился в детстве справляться со своей импульсивностью, имеет больше шансов встать на путь преступлений и насилия. Дети, которые не знают, что делать со своей тревогой и депрессией, близки к употреблению алкоголя и наркотиков, когда становятся подростками. Нам нужно не терять время и учить детей понимать свои и чужие эмоции. Не игнорировать детские чувства. Но как у нас обычно бывает? Когда ребенок спокоен, мы любим его, легко общаемся. Но стоит ему только разозлиться, расстроиться, начать чего-то бояться, мы не хотим этого видеть. Эти эмоции мешают нашему общению, и мы всеми силами стараемся их устранить.

Доказано: дети, с которыми родители занимались эмоциональным воспитанием, становятся более развитыми людьми

Они лучше управляют своими эмоциями, быстрее успокаиваются, когда расстраиваются. Их организм быстрее приходит в норму и восстанавливается, они меньше болеют инфекционными заболеваниями. Лучше концентрируются, лучше строят отношения, спокойнее реагируют, когда их дразнят другие дети. Согласитесь, бонусы от эмоционального развития только положительные.

Если у школьника эмоциональный интеллект на должном уровне, он не тратит силы на решение конфликтов и может сосредоточиться на учебе, успеваемость повысится. В подростковом возрасте эмоциональный интеллект — якорь, который помогает удержаться и сопротивляться безрассудствам. Есть исследования, которые доказывают, что подростки с низким ЭИ склонны к алкоголю и наркотикам, ведут себя агрессивно, провоцируют драки.

Когда дети испытывают негативные чувства, родители им помогают и сочувствуют. Укрепляют привязанность и доверие, а не отталкивают ребенка фразами типа «хорошие дети не кричат и не злятся».

Обычно взрослые стремятся удерживать плохое поведение, тут же можно пойти по другому пути: дать ребенку пространство, в котором не страшно чувствовать, в котором тебя понимают и принимают. И тогда у тебя появляется желание соответствовать семейным требованиям и правилам. Потому что ты сердцем чувствуешь, чего от тебя ожидают твои родители.

Эмоции, которые задавили, могут проявиться в виде неконтролируемых вспышек гнева и приводить к депрессии

Поэтому вот несколько рекомендаций для преодоления эмоционального напряжения: Внутренний диалог, когда слова поддержки говоришь самому себе и это помогает успокоиться.

Любые дыхательные техники. Даже просто подышать и посчитать до пяти или десяти.

Отучите детей негативно высказываться о себе самом: вот я бестолочь, вечно у меня не получается, это мне не надо. Самокритика усиливает негативное отношение к жизни.

А еще переключиться со сложного эмоционального состояния помогает поддержка друзей.

Если у ребенка в арсенале будут эти способы, они станут для него привычными. И он сможет справиться со многими сложностями.

Устанавливайте границы, чтобы обезопасить ребенка. Но будьте при этом доброжелательны. Не ограничивайте чрезмерно и не запрещайте все подряд, это вызовет сопротивление и недовольство. Выбирайте для детей людей (учителей, тренеров), которые адекватно выражают эмоции. Если значимый взрослый кричит, то ребенок начинает

думать, что кричать на него — это нормальное поведение, молчит и подавляет свои эмоции. И самое главное, повышайте собственный эмоциональный интеллект.

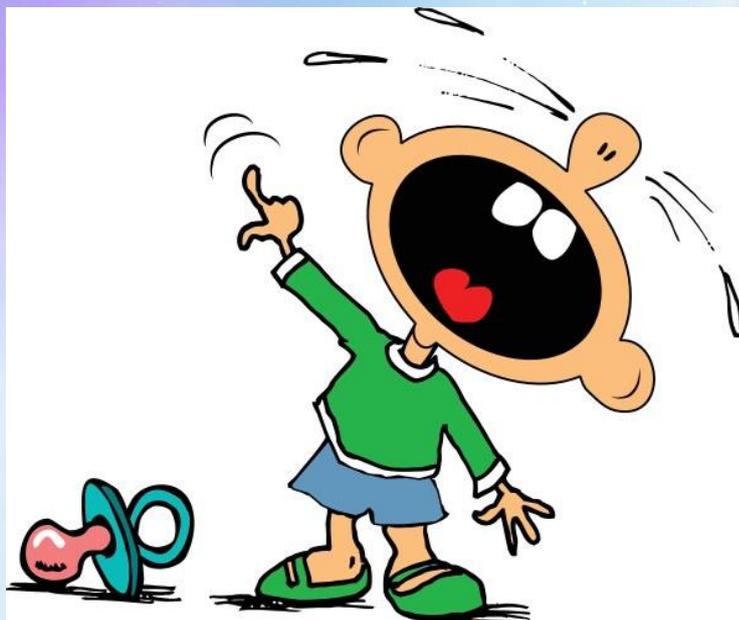
Что делать, если эмоции ребенка выводят из себя взрослого? Если маме физически сложно слышать, как ребенок кричит, плачет, нужно сменить отношение. Ребенок не враг, который делает назло и специально выводит вас из себя своим криком, а ваш маленький кроха, которому сейчас плохо и которому нужна помощь. Со своими эмоциями ребенок сам справиться пока не может, и ему требуется поддержка. Поэтому нужно не сердиться и не отталкивать ребенка в такие моменты.

Часто родители стараются скорее переключить ребенка на что-то радостное, чтобы не плакал. Если так делать нечасто, ведь действительно бывают ситуации, когда ребенка нужно быстро успокоить, то ничего страшного. А если так действовать каждый раз, то ребенок не научится взаимодействовать с этими эмоциями. Детство детям и дано для того, чтобы понять, каков я в злости, в зависти, в неуверенности, в стыде и что мне с этим делать. Родители — тренажер для детских эмоций. И наша задача — дать ребенку понять, что испытывать разные эмоции можно и, если злишься, это не значит, что ты плохой.

Вы наверняка уже знаете, что будет, если не давать детям возможности проявлять свои эмоции. Они могут направить их на себя. И тогда проявятся признаки аутоагрессии, когда ребенок бьет самого себя, кусает губы и щеки, щипает сам себя, говорит, что он плохой, и тому подобное. Ребенок не знает еще, как испытывать гнев, и если мама говорит, что злиться плохо, некрасиво, а злость уже возникла, то куда ее девать? Только давить в себе или копить. И потом выплеснуть на другого, когда мама не видит.

Полезно рассказывать ребенку о вашем опыте, как вы в детстве или сейчас проживаете подобные эмоции. Реальные истории помогут понять, что все эмоции важны и естественны, и это поможет вам сблизиться. А потом предложите, как можно действовать, чтобы исправить ситуацию. Да, ты злишься, потому что у тебя не получилось, но можно попробовать еще раз. Только работают эти рекомендации лишь в случае, если базовые потребности ребенка удовлетворены: он здоров, сыт, выспался, его нервная система не истощена нагрузками. Если чувства обсуждают в семье, значит, чувствовать — это нормально.

Эксперты сходятся во мнении: если человек (ребенок или взрослый) может точно назвать чувство, которое испытывает, ему проще понять причину и выработать стратегию контроля.

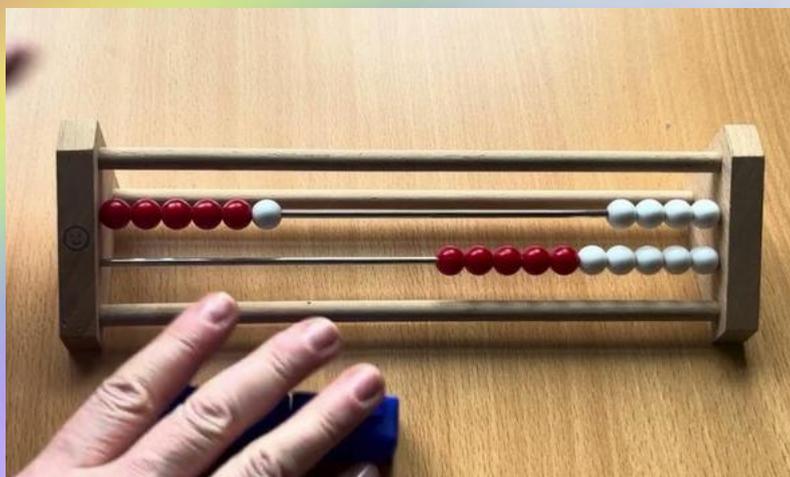


● «Необычные способы научить детей считать и решать задачи по математике»

Недавно на «Меле» вышла новость о детской задаче по математике, которую не смогли решить многие взрослые. Секрет заключался в том, что для решения надо было применить rekenrek — математическую счетную рамку, о которой знают далеко не все. В этом тексте мы рассказали о том, как работают rekenrek, блоки Дьенеша, счетные палочки Кюизенера и нумикон — инструменты для счета и развития мышления, которые будут полезны и детям, и взрослым.

Рекенрек

Рекенрек — это математическая счетная рамка, которая состоит из нескольких рядов по 10 бусин. В каждом ряду есть пять бусин одного цвета и пять бусин другого, которые можно легко перемещать по перекладинам. Такой шаблон из повторяющегося числа бусин помогает детям научиться воспринимать числа в виде групп из пяти или десяти.



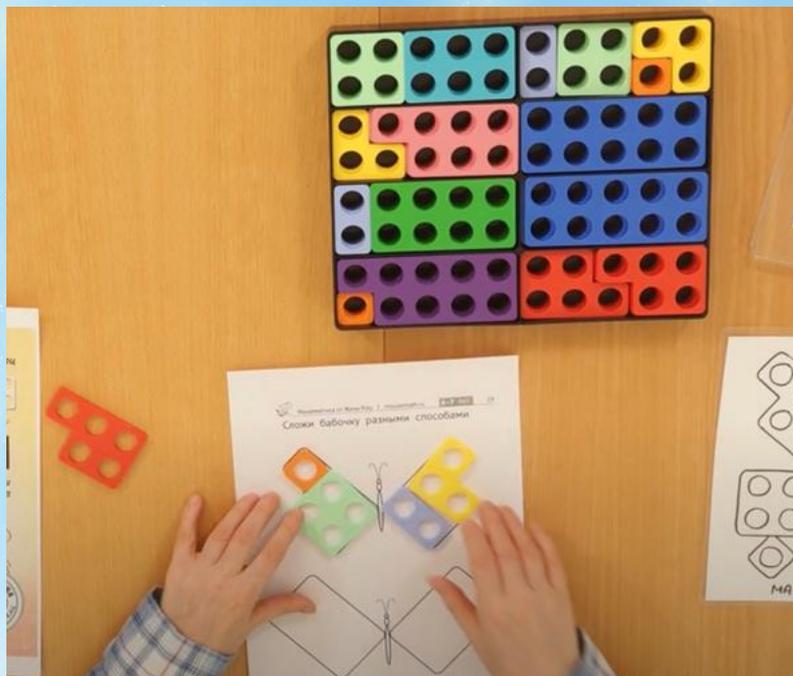
С помощью rekenreка ребенку можно давать разные задания. Например, попросите его показать число 7 с помощью бусин, а затем обратите внимание, как ребенок это делает: отсчитывает по одной или передвигает несколько бусин сразу. Нужно стремиться, чтобы он передвигал 5 бусин одного цвета и 2 другого, субитируя число 7 (то есть определяя его без подсчитывания каждой бусины).

Цель использования rekenreка — научить ребенка во время счета сверяться с «удобными» числами (5 и 10). Если попробовать rekenrek для занятий с ребенком хочется, но купить приспособление пока нет возможности, его можно просто нарисовать, сделав две параллельные линии и разместив на них по 5 бусин двух разных цветов. Именно с такой задачей для школьников начальных классов родители недавно пытались разобраться в соцсетях.

Нумикон

Нумикон — это программа для детей, которым трудно изучать математику, разработанная в Англии в конце 1990-х годов. Она создана так, чтобы во время игры дети могли изучать различные аспекты математики: состав чисел, сложение, вычитание, умножение и деление.

В пособии нумикон числа от 1 до 10 представлены в виде форм-шаблонов — каждое число соответствует определенной форме и цвету. Так числа становятся более доступными для ребенка.



Чем-то нумикон похож на рекенрек — их формы устроены так, чтобы ребенок знакомился с числами как со структурированными объектами (что воспринимается гораздо проще). К тому же у нумикона объекты расположены не на одной линии, а на нескольких, чтобы ребенок мог охватить всё взглядом и сразу же понять, какое перед ним число.

«Как заинтересовать ребенка чтением»

Многие родители пытаются научить детей читать как можно раньше, зачастую используя неподходящие методики, и в итоге формируют у них отторжение к чтению еще до школы. Но есть эффективные способы заинтересовать ребенка чтением без стресса.



Совет № 1. Не торопитесь!

Социальная ситуация развития ребенка изменилась: школа и родители хотят, чтобы дети научились читать до поступления в первый класс. Но не изменились закономерности психического развития в детском возрасте. Согласно этим закономерностям, психика дошкольника и психика школьника устроены и функционируют по-разному. У дошкольника, например, в левом полушарии еще не сформированы нейронные связи, которые отвечают за чтение. И если он и обучается читать, то, как правило, за счет правого полушария. А правое полушарие усваивает информацию иначе.

Формирование новых мозговых связей, передача «полномочий» от одного полушария к другому у разных детей происходит в разное время. К шести-семи годам практически все дети достигают нужного уровня психофизиологической зрелости для обучения. Но у некоторых это может происходить и раньше. Прямо вмешаться в этот процесс невозможно, поскольку невозможно прямо влиять на развитие нейронных связей и процесс миелинизации нервных волокон.

Торопиться тут нельзя. Если мозг ребенка не готов к чтению, научить его читать невозможно. А вот то, что чтение может быть связано с неприятными переживаниями, ребенок непременно запомнит.

Как определить, готов ли ребенок учиться читать?

Вот несколько важных признаков:

Ребенок умеет говорить фразами, развернутыми предложениями.

Ребенок выговаривает все звуки (почти все звуки).

Ребенок может не меньше 15 минут слушать, как ему читают вслух.

У ребенка есть опыт рассматривания книжных иллюстраций. Он может делать это не только вместе со взрослым, но и самостоятельно.

Ребенок проявляет интерес к буквам (например, буквы появляются в его рисунках; он спрашивает, как называется та или иная буква, или узнаёт буквы, которые можно увидеть на улицах города).

Совет № 2. Создавайте условия для самообучения ребенка

Хотя прямо повлиять на способность дошкольника читать невозможно, можно создавать благоприятные условия для его самообучения и поддерживать интерес ребенка к книгам.

Что нужно делать?

Как можно больше читайте ребенку. Чтение влияет и на словарный запас, и на умение воспринимать не только короткие, но и длинные предложения, воспитывает привычку к чтению как таковому. А в какой-то момент ребенок начнет обращать внимание не только на картинки, но и на буквы в названии книги или главы, крупно написанные «возгласы» персонажей и т. п.

Уделяйте особое внимание развитию фонематического слуха. Фонематический слух — это способность человека слышать звуки речи и выделять их из речевого потока. Развитый фонематический слух необходим для того, чтобы научиться соотносить звук речи и букву. Тут вам пригодятся азбуки в стихах (такие азбуки есть у многих поэтов: у С. Маршака, Б. Заходера, С. Козлова, М. Яснова, В. Лунина, Д. Герасимовой и др.). Читайте ребенку стихи и истории, в которых обыгрывается звуковая путаница (яркий пример — сказка в стихах Б. Заходера «Кот и кит» или книга А. Шибеева «Буква заблудилась»).

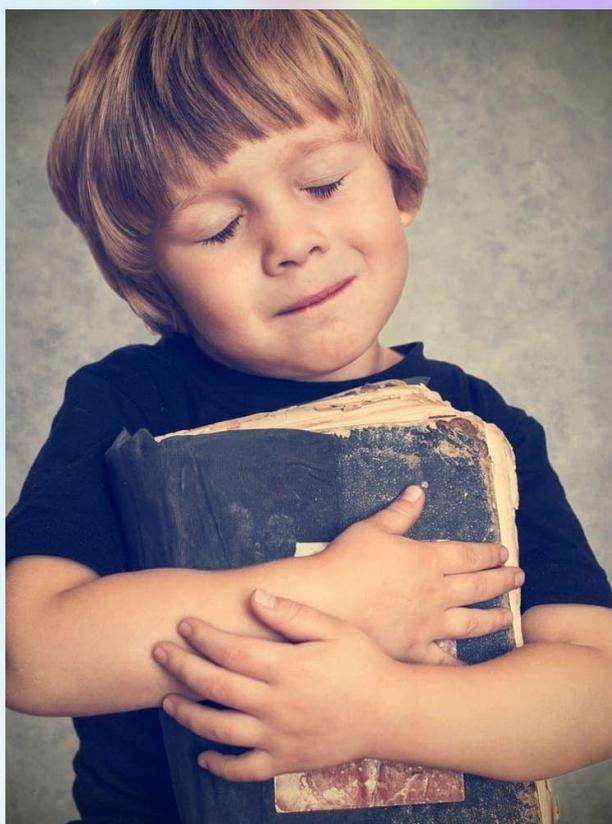
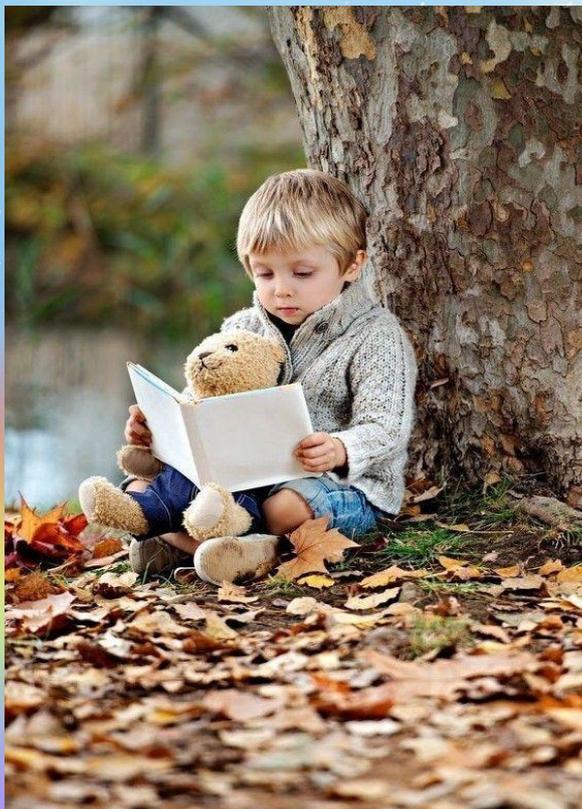
Интерес к буквам помогают поддерживать «буквенные сказки» — истории, персонажами которых являются буквы («Аля, Кляксич и буква „А“» Ирины Токмаковой, «Приключения Ёженьки и других нарисованных человечков» Александра Шарова).

Рассматривайте вместе с ребенком картинки в книжках. Картинки в книжках развивают графическую зоркость. Графическая зоркость нужна и для различения букв, и для «опознавания» слов, а в дальнейшем — для грамотного письма.

Совет № 3. Выбирайте книги для самостоятельного чтения с учетом возможностей и интересов ребенка

Нет ничего важнее, чем закрепить в опыте ребенка связь чтения с интеллектуальным удовольствием. Умение получать интеллектуальное удовольствие — это то, ради чего мы учим детей читать.

Если ваш ребенок уже знает все буквы, умеет читать несложные слова и даже короткие предложения, самое время поддержать его на следующем этапе — развитии уверенного, самостоятельного чтения.



Для этого отлично подойдут книги с короткими, но содержательными текстами, которые дают ощущение завершенной истории и при этом расширяют кругозор. Особенно полезны серии с постепенным усложнением — они позволяют ребенку двигаться вперед в своем темпе, не теряя интереса и веры в себя. Такой опыт помогает не только отточить навык чтения, но и почувствовать гордость за собственный результат.

Вот несколько серий, на которые мы рекомендуем обратить внимание:

Серия «Книжный старт» издательства «Альпина.Дети». В серии три уровня сложности. Для начинающего читателя пяти-семи лет выбирайте книги первого уровня сложности, такие как «Ноги? Ноги... Ноги!» или «Зубы? Зубы... Зубы!».

Серия «Математика на колесиках» от издательства «Архипелаг» (автор — Зуля Стадник). В серии три книжки: фигуры, цифры, понятия и сравнения. Фанатам гоночных или грузовых автомобилей такие издания точно понравятся, потому что важные понятия в этой книге помогают изучать машинки. А еще у всех книг — закругленные края и плотные страницы, поэтому их можно давать самым маленьким детям: ни ребенок, ни книга от такого знакомства не пострадают.

Вообще-то серия детективных книг «Не открывать!» от издательства «Эксмо» — для младших школьников. Но авторы поняли, что тем, кто только начинает читать, эти истории могут быть интересны, и адаптировали их сюжет и слог для детей помладше. В итоге детективная составляющая осталась, но шрифт стал больше, предложения — короче, а непонятных слов — меньше. Идеальный вариант для расчитки перед школой: и просто, и нескучно.

«Можно (и нужно ли) отдавать трёхлетнего ребёнка на занятия музыкой?»

Как быть родителям, если они уверены, что у них родился новый Моцарт или Паганини? И стоит ли с 3 лет отдавать ребенка в музыкальную школу?

Ребенок в 3 года поет все песни из мультиков, обожает танцевать под музыку, а бубен — любимая игрушка. Думаю отдать его в музыкальную школу. Но не рано ли?

Каждый ребенок рождается со своим биологическим музыкальным наследием. Но способность понимать музыку от рождения дается каждому — даже 6–7-месячный младенец прекрасно реагирует на музыку, танцует, стоя в своей колыбельке. Дальше музыкальность ребенка развивается так или иначе в зависимости от обстановки в семье, от того, как часто в доме звучит музыка.

Если к 3 годам ребенок прекрасно интонирует песенки из мультиков и предпочитает музыкальные игрушки любым другим игрушкам, это, конечно, может свидетельствовать о его музыкальной одаренности, которая может стать основой для его профессионального обучения. Но все-таки в этом возрасте однозначно рано отдавать ребенка в музыкальную школу, даже если в рекламе написано, что туда принимают детей от 3 лет.

Музыкальная школа в том виде, в каком она существует в РФ, — это начальная ступень профессионального образования

Нужно ли это малышу? Лучше отдать ребенка в группы музыкального развития, где выстроена система всестороннего бережного развития музыкальности ребенка с учетом его возможностей.

А с музыкальной школой лучше повременить до 6 лет минимум. Если у ребенка действительно ярко выраженные способности, то они никуда не исчезнут и будут развиваться необычайно бурно, — еще успеете.

Если ребенок поет, танцует, тянется к музыкальным инструментам, это, безусловно, говорит о его музыкальных способностях. Но в 3 года, конечно, очень рано отдавать в музыкальную школу. Да его и не возьмут в таком раннем возрасте по определению. Скрипачей туда берут с 3,5–4 лет, но это скорее исключение из правил. Можно отдать в 4 на дошкольное отделение, а лучше — на музыкальные развивашки. Музыкальная школа — это все-таки жесткие рамки и ограничения, и маленькому ребенку они попросту ни к чему. В таком нежном возрасте лучше давать музыку в игровой форме.

Учить музыке никогда не рано и не поздно. С музыкой можно и нужно жить с самого рождения. С маминими колыбельными и веселыми потешками, с ритмичными считалочками и песенками, с танцами и слушанием серьезной «взрослой» музыки. Музыка, которая окружает ребенка с детства, формирует его слух и музыкальный вкус.

Нужны ли занятия музыкой в 3 года? Нужны, если родители нуждаются в помощи в построении образовательного процесса. Если они видят музыкальность в ребенке, но не знают, как её развить.

Можно довериться педагогам, владеющим методикой игровой подачи материала. А можно найти курсы, где мама будет учиться вместе с ребенком, и музыкальные занятия станут частью жизни.



«В поход с ребенком: что взять с собой, как спастись от клещей и чем заниматься без телефона»

Отправиться в поход с ребенком — смелый шаг! Чтобы вам было проще на него решиться, мы составили эту памятку: рассказываем про одежду, безопасность, еду и развлечения в условиях не совсем дикой, но всё-таки природы.



Готовимся к поездке

Выбираем одежду

Главное правило — одежда должна быть яркой. Откажитесь от одежды зеленого, бежевого, коричневого цветов — тех, которые вы можете встретить на природе. Разрешите ребенку надеть всё самое яркое! Так вы его, во-первых, обрадуете, а во-вторых, сможете быстро заметить среди травы, деревьев и кустарников.

Штаны вместо шорт. Вероятность летом в лесу встретиться с клещами — очень большая. Лучший способ от них защититься — надеть штаны и заправить их в носки. Выглядит странно, но зато надежно (про репелленты при этом тоже забывать не стоит).

Возьмите термобелье. Днем вряд ли понадобится, а вот к вечеру, когда резко похолодает, может пригодиться! Места оно занимает мало, зато пользы будет много!



Не забудьте про головной убор. Если на улице жара — выбирайте и одежду, и головные уборы светлых и ярких цветов. Черная кепка — плохой вариант.

Собираем рюкзак

Итак, палатку, пенки (или надувной коврик) и спальники сложили. Что еще вам может понадобиться? Сохраняйте наш чек-лист и сверяйтесь перед выходом:

Репелленты — для отпугивания комаров и клещей. При использовании соблюдайте меры предосторожности: не наносите средства внутри помещений, при разбрызгивании избегайте лица и ладоней ребенка, мойте руки после распыления. Обязательно проверьте возрастные ограничения: не все репелленты подходят для детей.

Посуда — чем универсальнее, тем лучше. Базовый набор (не считая посуды для приготовления еды на костре, конечно) — пластиковые кружка, миска, ложка. Не забудьте про походный нож.

Костровое снаряжение в зависимости от целей: если планируете просто посидеть у костра, а готовить будете на горелке, вам хватит обычных костровых спичек и дров (можно собрать в лесу). Если не берете с собой складной гриль, обязательно обложите костер камнями, чтобы защитить его от ветра и предотвратить распространение искр. А если планируете готовить на костре, возьмите средство для розжига. Заранее можно взять и уголь, если отправляетесь в поход на машине.

Сменная одежда. Для ребенка — два комплекта: один — на жару (например, из льна или хлопка), второй — потеплее (можно флисовый костюм). И побольше носков! Также лучше взять с собой дождевики и резиновые сапоги, даже если дождя по прогнозу нет: в лесу может быть грязно, да и погода вдалеке от города меняется быстро.

Аптечка. В ней должны быть: жаропонижающие и антигистаминные препараты, сорбенты, антисептики, спиртовые салфетки и бинты, солнцезащитный крем и средства от ожогов. Если ребенок испытывает дискомфорт в транспорте, возьмите средства от укачивания.

Фонарик — чтобы выйти в туалет ночью и, конечно, для безопасности. Проверьте, что он заряжен и работает.

Пауэрбанк — также зарядите перед поездкой. Важно! Свой рюкзак должен быть у каждого участника похода. Да, у ребенка тоже. Если он отстанет от группы, у него с собой должны быть: перекус (батончик, печенье, шоколад или фрукты), бутылка воды, телефон и пауэрбанк (и то и то заряжено), фонарик, желательно — теплая одежда.

Планируем меню

Не забудьте про перекусы! В походах с ребенком это мастхэв. Подойдет то, что долго не портится, не пачкает руки и быстро съедается детьми: орехи и сухофрукты, батончики, вяленое мясо. Можно заранее подготовить овощные/фруктовые нарезки из моркови, сельдерея, яблока (сложите в пакеты с zip-замком). Для особенно сытного перекуса можно сделать сэндвичи, но будьте внимательны в выборе ингредиентов: овощи с высоким содержанием воды (например, помидоры и огурцы) не подойдут, а вот сыр, салат и ветчина будут отличным выбором.



Во время обеда выбирайте блюда, насыщенные белком. Хороший вариант: стейки и шашлык из индейки. Они помогут сохранить чувство сытости во время долгого похода, при этом не будет чувства переедания: в шашлыке, например, всего 153 калории на 100 грамм. А еще в нем содержится 14 грамм белка. Готовится индейка гораздо быстрее свинины или говядины: на то, чтобы пожарить на огне уже замаринованные, уйдет всего 6 минут.

Предложите ребенку приготовить авторский хот-дог — за основу можно взять колбаски барбекю и молочные сосиски. Предложите ребенку проявить фантазию и собрать свой хот-дог: в ход может пойти что угодно — от тех же долек яблока до соуса из малинового джема.

Обсуждаем правила безопасности

Важно заранее установить и обсудить правила, которых вы будете придерживаться в походе. Не забудьте поговорить с ребенком о:

Сигналах помощи — обсудите, что он должен делать, если вдруг потеряет вас из виду. Главное правило — оставаться на месте и подавать звуковые или световые сигналы! Не стоит тратить зарядку на телефоне, но, если есть связь, можно позвонить по номеру 112. Разумеется, главное правило для родителей — всегда держать ребенка в поле зрения. Особенно если вы отдыхаете у воды.

Купании в водоемах. Здесь всё просто: купаться без взрослых нельзя. А купания в незнакомых водоемах лучше и вовсе избегать.

Осторожном отношении к ягодам, грибам и растениям. Грибами и ягодами можно отравиться, растения могут обжечь (вспоминаем про крапиву и борщевик). Да и вообще, лишний раз тревожить природу — срывать, ломать и портить — не надо. Учите этому детей как можно раньше.

Встречах с животными. Если дикое животное — например, еж — подходит к вам, это не повод для умиления. Здоровое лесное животное к человеку не подойдет: вышедший навстречу «дружелюбный» дикий зверек может быть болен бешенством, и от него лучше держаться подальше.

Обращении с огнем. Дети могут помочь собрать валежник для костра, но взаимодействие с огнем возможно только под присмотром взрослых.

5 способов развлечь ребенка на природе



Кажется, что современным детям, которые выросли с телефоном в руках, в глуши будет скучно. Уверяем: это не так! Вот чем можно заняться с детьми в походе:

Знакомимся с местными растениями

Ребенок не хочет расставаться с телефоном? Не проблема: установите приложение, которое умеет определять вид растений. Работает оно по простому принципу: наводите камеру

смартфона на листья и цветы интересующего растения, а приложение определяет его вид.

Собираем гербарий (необычный!)

Браслет или корона. Вырежьте полоску бумаги или картона и прикрепите к ней по всей длине двусторонний скотч. Теперь попросите ребенка собирать цветы, травинки и маленькие веточки и лепить их на скотч: получается очень красиво!

Картонный букет. В листе картона сделайте несколько прорезей. Под ними нарисуйте вазу или основание букета. Готово! В отверстия теперь можно вставлять цветы. Получится небольшой карманный гербарий!

Учимся ориентированию

Лес — идеальная площадка для обучения базовым навыкам ориентирования.

Расскажите ребенку, как определять направления:

по компасу: для этого даже необязательно иметь с собой настоящий компас, достаточно опять-таки приложения в телефоне — оно будет работать и без сети;

по солнцу: если в полдень встать спиной к солнцу, север будет впереди, юг — сзади, восток — справа, а запад — слева;

по ручьям: расскажите, что, если идти вниз по течению ручья, в какой-то момент он упадет во что-то побольше. И запомните сами: если вдруг потеряетесь в лесу, выходите к ручью и идите вдоль него — так шанс встретить людей будет выше. Но детям советовать это не стоит: риск пострадать рядом с водой у них выше, чем вдали от нее.

Составляем карту местности

Еще одна одновременно веселая и полезная активность: попросите ребенка наносить на импровизированную карту все встречающиеся вам ручьи, болотца, дорожки, необычные места. Можно оформить карту в сказочном, фантастическом стиле — с ведьминскими избушками и полянами лесных духов.

Занимаемся бёрдвотчингом

Бёрдвотчинг — наблюдение за птицами невооруженным глазом или с помощью бинокля. Бёрдвотчинг здорово развивает внимание, терпение и слух. Тут телефон тоже может пригодиться: есть приложения, определяющие птиц по их пению.

Возвращаемся в цивилизацию

Собираем мусор

Часть мусора можно сжечь прямо на костре — бумагу, фантики, этикетки. Что-то можно закопать в землю, например овощные очистки. Стекланную тару и консервные банки забирайте с собой: их надо выкинуть или сдать на переработку.

Не выкидывайте органические отходы в траву: они вряд ли послужат удобрением, зато могут навредить гуляющим там животным — тот же лук от шашлычного маринада опасен для животных, например собак, с которыми хозяева могут гулять в лесу.

Осматриваемся

После возвращения из леса не забудьте внимательно осмотреть себя и ребенка на наличие клещей. Если всё-таки нашли на теле присосавшегося клеща, действуйте по этому алгоритму:

Удаляйте клеща с тела самостоятельно только специальным клещедером. Его лучше купить заранее и положить в аптечку. Если под рукой такого устройства нет, воспользуйтесь пинцетом или отправляйтесь в клинику.

Клеща надо вытаскивать осторожно, чтобы его «голова» не осталась под кожей. Снятого клеща поместите в герметичную емкость, чтобы он больше никого не укусил. Отправлять его в лабораторию или нет, решайте сами, но педиатры советуют от этой практики отказываться.

Обработайте место укуса антибактериальными средствами и обратитесь к вашему лечащему врачу за советом.

Поход с ребенком — это сложно. Но оно того стоит! Поверьте, и вы, и дети будете вспоминать это летнее приключение еще много лет: как вместе ставили палатку, разжигали костер, готовили хот-доги с сосисками из индейки, смотрели по вечерам на звезды и просыпались под пение птиц. Самое главное — хорошо подготовиться и не забывать про меры безопасности.



● « 5 красивых и интересных книг для дошкольников: секретный список от сказкотерапевта»

Лето — время, когда нужно читать то, что хочется, а не то, что задали. Вместе со сказкотерапевтом, кандидатом психологических наук, доцентом МГППУ Марией Одинцовой мы собрали небольшой список книг, которые вы со своим ребенком действительно дочитаете до конца.

1. «Психологические сказки», Марина Панфилова

Сборник коротких сказок, каждая из которых помогает ребенку справиться с типичными трудностями: страхи (темноты, врачей, школы), агрессия, капризы, неуверенность в себе, проблемы в общении (ревность к брату/сестре, конфликты в садике и дома).

После каждой истории даются интересные вопросы для обсуждения и советы родителям, как закрепить эффект.



2. «Жили-были ежики», Андрей Усачёв

Жизнь — это приключение, а каждая глава — это новый опыт, будь то неудачные попытки плавать, сбор орехов или подготовка к спячке. Усачёв напоминает, что даже самые обычные дни могут быть наполнены чудесами, если смотреть на мир с любопытством.

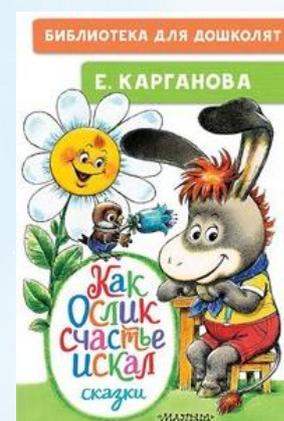
Книга мягко подводит к мысли, что мир полон неожиданностей, но, если оставаться собой, помогать другим и не бояться ошибок, всё обязательно сложится. Даже если ты всего лишь маленький ежик в большом лесу.



3. «Как Ослик счастье искал», Екатерина Карганова

Мягкая философия для тех, кто ищет счастье, а оно-то совсем рядом. Главный герой этой сказки, добрый и наивный Ослик, отправляется на поиски счастья. Особенно нравятся детям забавные диалоги Ослика с другими животными.

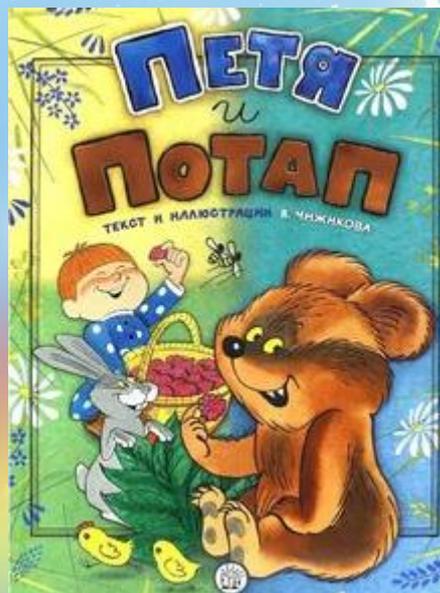
Сказка учит ценить самые простые моменты жизни. После чтения можно обсудить: «А что для тебя счастье?» — а еще улыбнуться и сказать спасибо за все маленькие радости. Сказка отлично подойдет для чтения перед сном — спокойный сюжет и убаюкивающий ритм.



4. «Петя и Потап», Виктор Чижиков

Книга о забавных приключениях мальчика Пети и огромного доброго медведя Потапа. Истории о дружбе, которая не зависит от размеров и внешности. И конечно, яркие, живые иллюстрации с фирменной «чижиковской» теплотой и иронией самого Виктора Чижикова — знаменитого художника-иллюстратора, создателя олимпийского мишки.

Короткие эпизоды позволяют читать по одной истории перед сном. Особенно нравятся детям смешные моменты (например, как Потап пытается спрятаться за маленьким кустом). Книга идеально подойдет для первого самостоятельного чтения (крупный шрифт, простой сюжет).



5. «Сказки деда Агоёши», Игорь Вачков

Уютное путешествие в мир доброты и мудрости, где сказочный старик Агоёша рассказывает детям простые, но глубокие истории. Как будто сидишь и слушаешь настоящего дедушку. Главный рассказчик, похожий на доброго волшебника, рассказывает про жизнь без скучных нравоучений. Некоторые сказки очень короткие — хочется продолжения. И это продолжение можно сочинить вместе с ребенком.

Мудрые и чуть-чуть волшебные, они не учат жизни, а скромно подсказывают, как быть счастливее. После прочтения этой книги дети часто спрашивают: «А дед Агоёша правда существует?»

