

ЕЖЕКВАРТАЛЬНАЯ ГАЗЕТА МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«ДЕТСКИЙ САД 50»



3й КВАРТАЛ  
2021 г.

ЧИТАЙТЕ В  
НОМЕРЕ

● От редакции

! СПЕШИМ ПОЗДРАВИТЬ!

● СОЦИАЛЬНО-  
КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

«Как помочь ребенку  
адаптироваться к детскому саду»

● ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

«Чем занять ребёнка раннего  
возраста дома»

● РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

«Воздушная струя: основные  
направления и рекомендации»

● ХУДОЖЕСТВЕННО-  
ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

«Музыкальные занятия с детьми  
раннего возраста»

● ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ и  
ЗДОРОВЬЕ

«Осторожно, ГРИПП!!!»

● ЭТО ИНТЕРЕСНО!

«ХОРОШИЕ ФРАЗЫ, КОТОРЫЕ  
НЕЛЬЗЯ ГОВОРИТЬ ДЕТЯМ»

Коллектив МДОУ «Детский сад №50»  
спешит поздравить  
всех воспитанников и их родителей

с началом  
учебного года!!!

Малышей ждёт много интересных  
событий, весёлых праздников и  
увлекательных мероприятий, которые  
вызовут бурю положительных эмоций и  
ярких впечатлений!!!

Желаем вам отличного настроения,  
творческих успехов,  
новых достижений и побед!!!



## «Как помочь ребенку адаптироваться к детскому саду»

Обеспечьте малышу постепенное вхождение в новые условия. Постарайтесь не оставлять его сразу на целый день. Желательно первое время забирать тогда, когда малыш еще не устал, и ему не хочется уходить – сразу после дневной прогулки или после обеда. Тем самым Вы сформируете у него желание снова прийти в сад.



Будьте последовательными и уверенными в том, что делаете, постарайтесь строго выполнять свои обещания. Если малыш плачет при расставании с Вами, твердо скажите ему, что Вы его оставляете на несколько часов, что так надо, что Вы его любите и обязательно приедете за ним в определенное время. Сократите «сцену прощания», создайте «ритуал прощания», например, заранее договоритесь с ребенком, что Вы помашете ему в окно: так ему будет легче отпустить Вас. И, конечно, не забудьте похвалить за спокойное расставание.

Постарайтесь на время адаптации до минимума снизить нагрузку на нервную систему малыша. Для этого обеспечьте спокойную семейную обстановку, на время прекратите походы в гости, большие торговые центры, театры. Организуйте общение ребенка только с членами семьи. В выходные дни дома постарайтесь соблюдать такой же режим, как и в детском саду.

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. На начальном этапе дети зачастую чувствуют себя скованно и вынуждены сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению, которое, если не разрядить, может стать причиной невроза. Поэтому дома чаще обнимайте малыша, играйте с ним в веселые подвижные игры, поощряйте выражение эмоций, детский смех.

Терпимо относитесь к детским слезам, капризам. Помните, что малышу сейчас нелегко, а слезы – естественный выход отрицательных эмоций.

Проявляйте гибкость. Проблемы адаптации могут возобновиться после праздников, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. Поэтому важно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду либо в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине недели.



Поддерживайте контакт с воспитателями. Расскажите об индивидуальных особенностях Вашего ребенка, обсуждайте возникающие проблемы.

Подчеркивайте, что Ваш ребенок Вам, как и прежде, дорог и любим!

Подготовила педагог-психолог МДОУ «Детский сад 50»

Смирнова Ольга Владимировна

# ☀ «Чем занять ребёнка раннего возраста дома»



Безусловно, маленьких детей сложно занять одних больше, чем на 15 минут. Но попробовать увлечь кроху всё же можно, главное – проявить фантазию.

## Волшебные баночки

Наполните прозрачные пластиковые контейнеры, какие только найдутся у вас дома, мелочами: бусины, пуговицы, орехи, цветные макароны, фасоль – всё, что способно вызвать интерес у юного исследователя. Тщательно закройте, а

лучше заклейте крышки, чтобы малыш не добрался до содержимого, и позвольте изучать ему цветные и шумные баночки.

## Сенсорная коробка

Соберите в коробку или корзину предметы разных фактур. Постарайтесь собрать больше природных материалов:

- шишки; ракушки; косточки плодов (например, персиковые); грецкие орехи;
- шарики из ваты; пузырчатая плёнка;
- резиновые фигурки животных;
- кусочки тканей (фетр, бархат, вельвет).

Популярностью у малышек пользуются мягкие пушистые помпоны и резиновые мячики-ёжики. Также не лишним будет добавить предметы из разных материалов: дерева, металла, пластика и резины.



**ВАЖНО!** Откажитесь от мелких предметов, которые может проглотить малыш и от вещей с острыми углами.

Предлагаем сделать несколько таких коробочек с разной тематикой: сформировав предметы по фактуре, запаху, цвету или форме. Чтобы у крохи долго держался интерес к коробочкам, рекомендуется чередовать их каждые 2-3 дня.

Помимо увлекательного времени, проведённого малышом за изучением всех этих сокровищ, коробка поможет развить сенсорные навыки, столь важные для стимуляции органов чувств.

### **Сортировка игрушек**

Предложите малышу сортировать цветные игрушки или шарики в разные коробки или банки. И пусть он не сразу будет в совершенстве выполнять упражнение, но это поможет провести время не только весело, но и с пользой.

### **Кухонные хитрости**

Если мама маленького непоседы захочет поесть, сидя за столом, а не на бегу, можно отвлечь неугомонного исследователя, выдав ему кухонную утварь. С блестящей маминой кастрюлей и половником не сравнится ни один барабан. А мерные ложки, формы для кексов и лопаточки надолго займут ребёнка.



### **Кукольный спектакль**

Это развлечение оценят все малыши. И не беда, если у вас нет куклы на руку. Марионетку можно сделать самостоятельно: на яркий полосатый носок нашейте пуговицы-глазки и кукла готова. А дальше – веселитесь и импровизировать. Вы можете создать собственного персонажа, который вызовет восторг именно у вашего ребёнка.



Подготовила: учитель-дефектолог МДОУ «Детский сад 50»  
Жуленкова Ольга Николаевна

## ВОЗДУШНАЯ СТРУЯ: ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И РЕКОМЕНДАЦИИ

Помимо своей биологической функции, органы дыхания также принимают участие в артикуляции и голосообразовании. Формирование речевого дыхания у детей происходит одновременно с развитием речи и заканчивается примерно к десяти годам. В этом процессе большую роль играет формирование воздушной струи. Формирование воздушной струи является важным этапом при постановке звуков.

Воздушная струя – это энергетическая основа звука, слова и целой фразы. Без длительной и сильной струи воздуха происходит не только нарушение звукопроизношения, но и общего звучания речи: ребенок пропускает окончания слов, говорит «взахлеб», смазывает окончание фраз и т.д.

Развитие речевого дыхания у ребенка является одним из первых и важнейших этапов логопедического воздействия. Если у дошкольника будет хорошо поставленное дыхание, то у него будет четкая дикция, он будет внятно произносить все звуки. Развитие речевого дыхания напрямую зависит от нормального функционирования физиологического дыхания. Соответственно, чтобы научить детей владеть голосом, нужно научить их правильно дышать, потому что за 2 этих процесса отвечают одни и те же органы.



### Основные направления воздушной струи

Работа по формированию правильной воздушной струи начинается на подготовительном этапе формирования звукопроизношения, одновременно с развитием артикуляционной моторики и фонематического слуха.

### Существует 3 основных направления воздушной струи:

\*Струя направлена прямо по центру языка. Такое направление струи воздуха характерно при произношении заднеязычных (г, г', к, к', х, х'), переднеязычных (д, д', т, т'), губно-зубных (в, в', ф, ф') и свистящих (з, з', с, с', ц).

\*Струя направлена по центру языка вверх. Характерно при произношении вибранных (р, р') и шипящих (ж, ш, ч, щ).

\*Струя направлена по боковым краям языка. Характерно для произношения смычно-проходных (л, л').

Звуки произносятся на выдохе.

Среди наиболее распространенных упражнений, которые использует логопед, отметим следующие (все звуки произносятся на выдохе):

- \* «Индюшата». Нужно произносить «бл-бл-бл».
  - \* «Пулемет». Произносим «т-т-т-т».
  - \* «Наказываем непослушный шарик». Произносим «пя-пя-пя».
  - \* «Жук». Произносится «ж-ж-ж»
  - \* «Моторчик». По аналогии с предыдущими упражнениями произносим «р-р-р».
- Существует несколько направлений при формировании воздушной струи:

#### Дутье при сомкнутых губах

- \* «Перекачиваем шары». Ребенок наддувает щеки по очереди.
- \* «Толстяк». Нужно надуть обе щеки, при этом удерживая в них воздух.
- \* «Худышка». Рот приоткрыт, губы сомкнуты, необходимо втянуть щеки в таком положении.



#### Дутье сквозь губы (вытянуты трубочкой)

- \* Обычное задувание свечи.
- \* Нужно сдуть с ладони, поднесенной ко рту, какие-нибудь легкие предметы (снежинка из бумаги, кусочек ваты).
- \* Выдувание мыльных пузырей.
- \* Нужно дуть на карандаш (мячик, машинку), чтобы предметы покатались по столу.

#### Дутье сквозь губы (растянуты в улыбке)

- \* Между сближенными губами, растянутыми в улыбке, образуется щель. Язык нужно слегка пошлепывать губами, произнося при этом «пя-пя-пя» (на выдохе)
- \* Между сближенными губами, растянутыми в улыбке, образуется щель.
- \* Между губами нужно положить широкий кончик языка и подуть на него.
- \* «Пропеллер». Между сближенными губами, растянутыми в улыбке, образуется щель. Уголки рта прижаты к зубам. Струя воздуха, направленная в эту щель, рассекается движениями указательного пальца из стороны в сторону.

#### Дутье на язык:

- \* Широкий язык ложится на нижнюю губу. Образовываем желобок, сворачивая край языка. Дуем сквозь этот желобок.
- \* Посередине языка вдоль его переднего края делаем дорожку – кладем спичку и пускаем легкий ветерок.

Для формирования длительной и плавной воздушной струи можно использовать приемы:

- \* Тактильный контроль. Тыльная сторона руки ребенка удерживается перед его ртом. Тыльная сторона ладони другой руки подносится ко рту логопеда. Ребенок ощущает

выдыхаемую им струю, а также может сравнить ее со струей, которую выдыхает логопед. Данный прием можно делать с закрытыми глазами, чтобы внимание было направлено именно на тактильные ощущения.

\*«Наматываем нитку на клубок». Во время дутья ребенок изображает импровизированное наматывание нитки на клубок. Данный прием можно проделывать с настоящими нитками.

\*Графическая схема. Изображение прерывистых и длительных линий, воспроизведение выдоха в соответствии с этой схемой.

\*Графическое изображение «дорожек». Дутье под счет.

\*Графическое изображение «горок», «волн». Во время дутья ребенок проводит пальцем ведущей руки по изображенным дорожкам. Палец движется слева-направо.

\*Графическое изображение «спирали». Во время дутья ребенок ведет пальцем по изображению спирали. Палец движется по часовой стрелке и в обратном направлении.

### Основные рекомендации

При формировании воздушной струи, нужно контролировать процесс с помощью ваты или кусочка бумаги, которые подносят ко рту ребенка: если он все делает правильно, то вата или кусочек бумаги будут отклоняться.

Есть и другие рекомендации:

\*Нужно обеспечить свободный доступ свежего воздуха в помещение, где проводятся занятия.

\*Нужно следить за осанкой ребенка. Упражнения лучше проводить стоя.

\*Следить, чтобы ребенок не надувал щеки, когда дует на язык.

\*Вдох должен быть спокойным и глубоким (через нос). Выдох – через рот, плавный и без напряжения. Выдыхаемый воздух не нужно задерживать.

\*Дыхательные упражнения не должны быть продолжительными по времени (от 10 секунд до 1,5-2 минут). Если переусердствовать, то у ребенка может закружиться голова.

\*Выдыхаемый воздух не нужно задерживать.

\*На первых этапах можно упражнения проводить перед зеркалом, и они могут выполняться под счет.

При выполнении упражнений нужно следить за тем, чтобы вдох был всегда через нос («набираем полную грудь воздуха»), а сам выдох должен быть плавным, не толчкообразным. Нельзя допускать выхода воздуха через нос. Занятия следует ограничить по времени, чередуя их с другими логопедическими упражнениями.



Подготовила: учитель-логопед МДОУ «Детский сад 50»

Проваткина Анна Александровна

# «Музыкальные занятия с детьми раннего возраста»



Уважаемые родители! Ранний возраст является важнейшим периодом в жизни человека, когда закладываются наиболее важные способности, определяющие дальнейшее развитие. При планировании и организации взаимодействия с детьми во время музыкальных занятий необходимо, прежде всего, учитывать возрастные особенности детей.

Ребёнок третьего года жизни инициативен в общении со взрослыми и детьми. Он проявляет доброжелательность, способность мимикой и жестами, интонацией, движениями и с помощью слов общаться с окружающими; преимущественно вербальное общение. Проявляет интерес к театру, знание его персонажей, стремится воспроизводить фрагменты знакомых сказок по собственной инициативе. Может использовать разные способы игры: практические действия с игрушками или предметом-заместителем (качает куклу); жест (мешает в кастрюльке кашу, имитируя движение); слово («Кушай кашу, дочка!»). Играет самостоятельно, проявляет фантазию. Любит нравиться другим; подражает сверстникам. Играет в простые групповые игры. Проявляется развитие воображения (способность замещения одного предмета другим, схожим по форме или другим признакам). Отмечается появление смысловой структуры сознания (мыслительные операции – анализ, синтез, сравнение, обобщение). Развитие малыша происходит в основном через общение. Ребёнок удерживает внимание 7-8 минут.



При новой деятельности ребёнок нуждается в поэтапном объяснении («Делай, как я!»). Ведущей функцией в этом возрасте является восприятие. Развиваются элементарное музыкально-эстетическое восприятие и различение музыкальных звуков, контрастных по высоте, длительности, тембру, динамике. Развивается музыкальная активность: малыш не только включается в выразительное пение, но уже владеет некоторыми певческими навыками. Исполняет несложные хороводы, пляски, танцует в кругу, в паре, вовлекается в музыкальные игры, передаёт характерные движения персонажей (лиса, волк, и пр.), с интересом осваивает звучащие музыкальные игрушки и инструменты.



Музыка – это первый вид искусства, с которым человек сталкивается в жизни. Воспринимать музыку ребёнок начинает ещё в период внутриутробного развития. В раннем возрасте закладывается интерес к музыке.

Основной целью музыкального воспитания в данном возрасте является развитие музыкально-художественной деятельности, приобщение детей к музыкальному искусству.

### Задачи музыкального воспитания детей раннего возраста заключаются в:

- вызвать у детей радость, положительные эмоции, побуждать их к активности;
- привить интерес и любовь к музыке, развивать музыкальную восприимчивость (эмоциональную отзывчивость на музыку, музыкальный слух, музыкальную память, чувство ритма) и музыкальную активность ребёнка (умение проявлять себя в пении, связывать с музыкой движения игры и пляски).

Интеграция различных видов деятельности, использование игровых мотиваций, сюрпризных моментов, игр-инсценировок, способствует повышению эмоциональной активности малышей и формированию положительного настроения на музыкальные занятия. При организации музыкальных занятий с малышами особое внимание уделяется созданию обстановки, в которой дети чувствуют себя комфортно. Музыкальный руководитель и воспитатель не принуждают в ходе занятия воспитанников к выполнению желаемых действий, стараются заинтересовать каждого ребёнка, чтобы он сам захотел принять участие в совместной деятельности. Большое внимание уделяется подбору музыкального материала для детей раннего возраста. Музыка должна быть яркой, художественной, но при этом простой.



Тематическое содержание (слова песен, речь персонажей) должно быть понятно и интересно детям. Несмотря на то, что занятия должны быть информационно и эмоционально насыщены, детская психика не должна перегружаться. Персонажей не должно быть много, они должны быть знакомы малышам. Чтобы не напугать малышей, лучше использовать персонажей кукольного театра, мягкую игрушку, воспитатель может надеть маску, не скрывающую лица.

Длительность занятий 8-10 минут. Занятия проводятся в игровой форме, со сменой видов деятельности. Все этапы занятия объединяются общим игровым сюжетом, который становится основой развития различных видов деятельности.

Подготовила: музыкальный руководитель МДОУ «Детский сад 50»  
Ильина Екатерина Владимировна



## «Осторожно, ГРИПП!!!»

**Грипп** - острая вирусная инфекционная болезнь с воздушно-капельным путем передачи возбудителя, характеризующаяся острым началом, лихорадкой (с температурой 38°C и выше), общей интоксикацией и поражением дыхательных путей.

Грипп вызывают РНК-со держащие вирусы семейства ортомиксовирусов, в котором выделяют 3 рода, к каждому из которых относят по одному виду: вирусы гриппа А, В, С.

Вирус гриппа в воздухе сохраняет жизнеспособность и инфекционные свойства в течение нескольких часов, на поверхностях - до 4-х суток. Вирус высоко чувствителен к дезинфицирующим средствам из разных химических групп, УФ-излучению, повышенным температурам.



Грипп начинается остро с резкого подъема температуры (до 38°C - 40°C) с сухим кашлем или першением в горле, и сопровождается симптомами общей интоксикации: ознобом, болями в мышцах, головной болью, болью в глазных яблоках;

насморк обычно начинается спустя 3 дня после снижения температуры тела. Кашель может сопровождаться болью за грудиной.

**При легком течении** заболевания эти симптомы сохраняются 3-5 дней, и больной обычно выздоравливает, но при этом несколько дней сохраняется чувство выраженной усталости, особенно у лиц старшего возраста.

**Тяжелое течение** гриппа сопровождается поражением нижних дыхательных путей с развитием пневмонии и (или) признаками дыхательной недостаточности: появляется одышка или затрудненное дыхание в покое (у детей до 5 лет наблюдается втяжение грудной клетки или свистящее дыхание в покое), цианоз носогубного треугольника. При тяжёлых формах гриппа могут развиваться отёк легких, сосудистый коллапс, отёк мозга, геморрагический синдром, присоединяются вторичные бактериальные осложнения.

**Если у вас появились перечисленные выше симптомы, необходимо обратиться за медицинской помощью!**

**Внимание!** Антибиотики бессильны против вирусной инфекции, так как их действие направлено на борьбу с заболеваниями бактериальной природы. Применение антибиотиков, когда в них нет необходимости, наносит серьезный вред здоровью, а так же при неправильном приеме может привести к дальнейшим невосприимчивости бактерий к этим лекарствам.

#### **Профилактические меры по предотвращению заражения:**

- Проветривайте помещение;
- Одевайтесь по сезону;
- Чаще бывайте на свежем воздухе;
- Избегайте переохлаждения;
- Чаще мойте руки с мылом или используйте для обработки рук спиртосодержащие средства очистки;
- Включайте в рацион питания природные фитонциды – чеснок и лук, употребляйте продукты богатые витамином С (цитрусовые, морсы из клюквы, смородины, брусники и т.д.);
- Старайтесь вести здоровый образ жизни, сохраняйте физическую активность.

**Берегите себя и своих близких! Будьте здоровы!**

Подготовила: медицинская сестра по массажу МДОУ «Детский сад 50»  
Титова Ирина Сергеевна

## **«ХОРОШИЕ ФРАЗЫ, КОТОРЫЕ НЕЛЬЗЯ ГОВОРИТЬ ДЕТЯМ»**

«Посмотри на свою сестру, почему ты не можешь вести себя так же», «вот папа придет и...», - все знают, что говорить такое ребенку не стоит. Но не все знают, что некоторые, казалось бы, невинные фразы, которые мы постоянно употребляем, не менее разрушительно действуют на ребенка и ваши с ним отношения.

### **ФРАЗА: «МОЛОДЕЦ, ХОРОШАЯ РАБОТА»**

Исследования показали, что, постоянно поощряя ребенка похвалой, мы делаем его зависимым от нашего мнения. Если вы постоянно говорите малышу «умница» или «молодец», приготовьтесь к тому, что похвала станет для него главной мотивацией к действию. А это значит целый клубок проблем: неуверенность в себе и в своих силах, упавшая самооценка после первой же серьезной неудачи, отсутствие собственных



стремлений и так далее. Поэтому перестаньте хвалить ребенка по любому пустяку. Быстро и опрятно оделся, убрал посуду без напоминания – это не достижение, достойное оваций, это норма. Оставьте свое «Молодец, ты справился» для настоящих побед. Если желание хвалить за каждую мелочь никуда не делось, или это срабатывает по привычке, скажите по-другому, отметьте конкретные детали. В песочнице назревала ссора, но ваш малыш с достоинством вышел из ситуации сам – скажите ему не просто «молодец», а «мне понравилось, что ты не стал скандалить и разрешил ему поиграть с твоими игрушками».

**ФРАЗА: «НЕ РАЗГОВАРИВАЙ С НЕЗНАКОМЦАМИ»**

Это трудная и непонятная для ребенка задача. Если незнакомец человек любезен, он не будет восприниматься, как потенциально опасный чужак. К тому же, если ребенок слепо берет эту инструкцию за правило, мир в его глазах постепенно становится недружелюбным, колючим и полным опасностей. Перестаньте запугивать ребенка и дайте ему четкие инструкции. Проработайте с ним популярные сценарии. Ребенок должен понимать, как вести себя, если незнакомец предлагает угостить сладостями и просит пойти с ним или предлагает сесть в машину и за мороженое показать путь к ближайшему магазину.

**ФРАЗА: «ЭТО НЕ СТРАШНО»**

Ваш ребенок упал, вы в панике подбегаете к нему и видите, что ничего опасного не случилось. В результате малыш заливается слезами и дует на ссадину на коленке, а вы говорите ему, что ничего, все в порядке, это не страшно. Это попытка успокоить больше себя, чем малыша. С высоты вашего возраста и опыта, разбитая коленка – это не ужасно, но ребенок думает иначе. Ему больно, он не в порядке, и поэтому он плачет. Ваша задача не игнорировать его эмоции, а помочь ему с ними разобраться. Обнимите его и скажите, что-то вроде: «Я понимаю тебя, тебе было страшно, когда ты падал. У тебя сейчас что-то болит?». Предложите малышу выбрать: бинт или поцелуй (или и то, и другое).



Предложите малышу выбрать: бинт или поцелуй (или и то, и другое).

**ФРАЗА: «СКОРЕЕ, ПОТОРОПИСЬ»**

Ребенок застрял за завтраком или никак не справится со шнурками, потому что только-только их освоил, и вы понимаете, что опять опаздываете? Вместо того, чтобы поторапливать его и усиливать стресс, смягчите тон и скажите: «Давай ускоримся». Этим вы подчеркнете, что вы с ним в одной «команде» опаздывающих и снимите с него лишний груз вины. В конечном счете, это ведь вы не рассчитали время и подняли его утром на те самые 5-10 минут позже, на которые сейчас начинаете опаздывать. Хороший выход – превратить все в соревнование в духе «кто быстрее опустошит тарелку».



**ФРАЗА: «МЫ НЕ МОЖЕМ СЕБЕ ЭТОГО ПОЗВОЛИТЬ»**

Это самый легкий действенный ответ на просьбу купить очередную игрушку. Но если вы его часто используете, у

ребенка может сложиться впечатление, что вы не контролируете свои финансы, или что вы неуспешны. Совсем не подходит такой ответ для детей постарше, которые могут понять абсурд ситуации, когда вы покупаете машину, но не можете купить ему новый телефон. Это будет выглядеть, как отмазка и равнодушие к его желаниям. Поэтому ваш посыл должен быть иным: «Мы можем себе это позволить и понимаем, что тебе это очень хочется, но сейчас мы копим деньги для более важных вещей». При этом ребенок должен понимать, что экономят в семье не только на нем, и когда-то настанет его время.

#### ФРАЗА: «БУДЬ ОСТОРОЖЕН! НЕ УПАДИ»

Когда вы кричите это ребенку, пустившемуся вприпрыжку с горы, вы только отвлекаете его внимание. Так он скорее упадет, чем если бы вы опустили ситуацию и не дергали его. Более того, психологи уверяют, что в фразе «не упади!» (не беги, не прыгай, и т.д.) частица «не» часто оказывается не услышанной, и команда принимает прямо противоположный смысл. Все, что вы можете сделать, это быть готовыми оказать быструю помощь, если неприятность все-таки случится. А команды, связанные с безопасностью нужно уметь формулировать четко и коротко. «Держись» – вместо «не упади». «Стоп» («стой») – вместо «не беги» и «не прыгай».



#### ФРАЗА: «Я НА ДИЕТЕ»

Следите за своим весом? Не посвящайте ребенка в каждую деталь. Если он постоянно будет видеть, как вы встаете на весы и клянете жир и лишние килограммы, у него может развиться нездоровое отношение к телу. Лучше давать позитивные комментарии в духе: «Я ем здоровую пищу, потому что тогда чувствую себя отлично». То же самое с занятиями спортом. «Надо наконец позаниматься», - звучит, как пытка, спорт не выглядит привлекательным ни в ваших глазах, ни в глазах ребенка. «Как хорошо на улице, пойду пробежусь» - согласитесь, разница очевидна.

#### ФРАЗА: «СЛАДКОЕ ТОЛЬКО ПОСЛЕ ЕДЫ»

Забудьте эту фразу. С ней вы точно добьетесь того, что ребенок будет есть торопливо, не получит удовольствия от еды, и вообще сама еда будет восприниматься, как наказание. Даже немного изменив формулировку и сказав: «Сначала мы едим приготовленное, а на десерт у нас...», - вы окажете более положительное влияние на ребенка. Помимо этого, просто чаще хвалите «обычную» еду, наслаждайтесь борщом так, чтобы ребенок это заметил. Помните, вы – главный пример для подражания, и постепенно ребенок усвоит именно ваши пищевые привычки.

#### ФРАЗА: «ДАВАЙ ПОМОГУ»

Когда ваш ребенок изо всех пытается построить сложную башню или решить головоломку, так и хочется протянуть ему



руку помощи. Главное – не делать этого постоянно и не вступать слишком рано. Иначе вы можете подорвать самостоятельность ребенка и приучить его ждать готового решения со стороны. Вместо этого задайте наводящие вопросы – они помогут справиться с задачей самому.

Подготовила: учитель-логопед МДОУ «Детский сад 50»  
Проваткина Анна Александровна