

# «Страничка из ДЕТСТВА»

ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ  
МБДОУ «ДС № 347 г. Челябинска»

Выпуск № 19

дата выпуска апрель 2019г.

*Детский сад – растим и храним детство!*



## СОЖЕРЖАНИЕ ВЫПУСКА:

1. Месяц май
2. Детям про май
3. Влияние современных гаджетов на детей:  
плюсы и минусы
4. Родители и дети – советы психолога
5. Вести из детского сада

## *Сиреневый и душистый месяц май*

Месяц май — почитаем и любим за его красоту, теплоту и душевность... Цветение душистой сирени, строгих тюльпанов и нежных ландышей на протяжении веков не оставляли равнодушными ни поэтов, ни влюбленных, ни романтиков и даже прозаиков... Все в нем чудесно, волшебное, удивительно... Давайте расскажем сегодня нашим деткам про ласковый и теплый месяц май!..



## Детям про май



Май – заключительный весенний месяц. Уже вокруг распустились листочки, всюду цветут цветы и плодовые деревья. Вокруг витают потрясающие ароматы цветов и свежей зелени. Не зря наши предки называли май ласково травень, цветень, розовоцвет, светозарник. Солнышко прогревает землю все больше, температура воздуха повышается. Журчат ручейки и поют птички. Часто в мае бывают дожди с грозами. Чем больше дождя прольется, тем сильнее напитается

земля, тем выше будет урожай.

Интересна легенда о происхождении названия. Считается, что май так назван из-за богини гор Майи, которая была дочерью Зевса. В переводе с греческого майя – кормилица, мать и богиня плодородия и вешнего обновления земли.

Месяц сразу начинается с торжественного праздника — 1 мая — Праздник весны и труда. В народе его еще называем Первомаем. Впервые его отмечали в столице Польши в Варшаве в 1890 году. В этот день принято выражать солидарность всем тем, кто когда-то боролся с рабством, тяжелыми трудовыми условиями и отстаивал трудовое право, рациональное и честное.



### 3 мая День Солнца



3 мая отмечается Международный день солнца. Для нас солнце имеет очень большое значение, оно ярко светит, согревает Землю своими лучами, дарит нам тепло и энергию так необходимую всем живым существам на планете, насыщает нас нужным нашему организму витамином Д. Еще в древности люди преклонялись перед небесным светилом,

боготворили его и устраивали праздники в его честь. Впервые праздник отметили в 1994 году. Этот день во всем мире очень ждут многие ученые, изучающие солнце и возможности солнечной энергии. Каждый год на праздник проводятся различные научные конференции, выставки, посвященные солнцу.



9 мая – Праздник День Победы. Особенный день для нашей страны, для каждого нашего соотечественника! Очень торжественный праздник! В этот день наши войска окончательно разгромили фашистов на Второй мировой войне 1941—1945 года, положили конец военным действиям, унесшим миллионы человеческих жизней, опустошившим государственную казну, разорив земли многих мировых держав.



Наши прадедушки, дедушки положили конец вражеским нашествиям и отстояли для нас с вами мирное небо над головой. Это исторически значимое событие для всего мира. В июне 1945 года в честь безоговорочной капитуляции Германии состоялся грандиозный парад победы на Красной площади в Москве. Традиция сохранилась и в наши дни. Ежегодно отмечается праздник победы военным парадом и чествованием дорогих и уважаемых ветеранов.

## Мультфильмы о Великой Отечественной войне для детей

<https://tsvetyzhizni.ru/podgotovka-k-shkole/pro-vremena-goda-detyam/sirenevyy-i-dushistyj-mesyac-maj.html>

9 МАЯ

# ***Влияние современных гаджетов на детей: плюсы и минусы***

Сегодня человек никак не может обойтись без телефона, компьютера или планшета. Гаджеты ныне незаменимы как в работе, так и в получении определенных услуг. С их помощью удается поддерживать связь с близкими людьми, поэтому важность телефонов и прочих технологических инноваций переоценить сложно. Как же быть с детьми, ведь ежедневно в СМИ появляется информация про вред гаджетов?



Прежде всего не следует воспринимать современные электронные устройства как сущее зло, это обычная компьютерная техника, которая значительно упрощает жизнь. Также не стоит забывать и о том, что уже в начальной школе умение работать с компьютером нужно будет обязательно и оно будет влиять на успеваемость малыша. Однако это не значит, что можно разрешать малышу проводить много времени за гаджетами, так как их бесконтрольное использование может привести к достаточно плачевным последствиям. Ниже представлены все преимущества и недостатки использования телефонов и планшетов детьми.

## ***Плюсы использования гаджетов***

Развлечение в минуты ожидания. Мало кому нравятся очереди или долгая дорога, а если еще и ребенок капризничает, то и без того стрессовая ситуация ухудшается в разы. А вот если ему дать в руки телефон с любимой игрой или включить мультфильм, ожидание не будет таким мучительным.

Познание в развлекательной форме. Не обязательно смотреть на планшете только мультфильмы, можно предложить малышу и различные познавательные передачи для детей. Есть специальные игры, которые помогают детям быстрее выучить цифры и буквы. Такие развивающие программы можно включать уже с двух лет, но не стоит забывать, у каждой игры или приложения есть возрастное ограничение. Также нужно следить и за тем, сколько времени малыш провел за компьютером. Так, если это трехлетний кроха, его лимит – час перед компьютером каждый день. Также важно каждые 20 минут делать отдых для глаз, можно ребенка попросить погулять или же сделать вместе с ним специальную гимнастику для глаз. Ребенку чуть старше можно разрешать сидеть перед компьютером чуть больше, однако перерывы каждые 20-30 минут не отменяются.



## ***Минусы использования гаджетов***

Развивающий эффект имеет односторонний характер. Имеется в виду то, что для маленького ребенка недостаточно только видеть изучаемый предмет, из-за этого информация становится недостаточной и однобокой. К примеру, для того, чтобы осознать, что мяч круглый, недостаточно видеть его изображение, так как должны быть задействованы все органы восприятия, в том числе и органы осязания. Мяч нужно не только видеть, но и трогать, ощущая руками все его грани. Именно тогда малыш запомнит форму предмета и информация будет освоена в полной мере.

Вред для здоровья организма. Длительное времяпровождение возле гаджетов приводит к тому, что у него уже через месяц начинает слабеть зрение. То есть если малыш больше 20 минут в день смотрит мультики или играет в игры, это негативно сказывается на остроту его зрения. Негативное влияние гаджетов на здоровье проявляется и в том, что проводя много времени перед компьютером или планшетом дети меньше двигаются и как следствие, у них может появиться лишний вес.

Проблемы с осанкой, в том числе искривление позвоночника становятся последствием того, что ребенок, пользуясь электронными устройствами, часто сутулится.

Отсутствие творческого развития. Игры в гаджетах кажутся очень яркими, но на самом деле они снижают творческую активность, так как возможности малыша ограничены установленными опциями. Для полноценного развития ребенок должен работать с настоящими материалами — клеить, рисовать и комбинировать.

Сосредоточение на виртуальном мире. Такая губительная для психики ребенка трансформация происходит в случае, если малыш очень много времени проводит за гаджетами. Он отдает предпочтение яркому виртуальному миру, в котором он может играть любую роль и практически выпадает из реального мира, ограничивая свое общение и взаимодействие с близкими людьми.

Развитие психических расстройств. Если ребенок отдает предпочтение играм, в которых много крови или смотрит по гаджетам фильмы ужасов, могут начаться проблемы с психикой.

## ***Как избежать зависимости от гаджетов***



Если ребенка все сложнее отвлечь от игровых электронных устройств, у него начинает формироваться компьютерная зависимость.

### **Ее признаки проявляются в следующем:**

➤ Реальная жизнь не представляет интереса для малыша, он не хочет играть в игрушки и избегает

игр с другими детьми.

- Отношения с отцом и матерью становятся для ребенка второстепенными, совместного времяпровождения становится все меньше, вместо этого малыш пользуется планшетом и компьютером.
- Запрет или ограничение пользования гаджетами приводят к истерике или бурным эмоциям.

## ***Правила пользования гаджетами ребенком***

Родителям следует запомнить, что их ребенок будет нормально и всесторонне развиваться, только если будет достаточно общения с близкими и друзьями, потому что разрешая малышу пользоваться гаджетами, нужно придерживаться следующих правил:

Пользоваться электронными устройствами малышу можно только в пределах 20 минут. Превышать норму не следует, даже если ребенок будет сильно протестовать.

Родителям следует запомнить, что именно на них возлагается ответственность за здоровье их ребенка, потому что в таких важных вопросах нужно проявить твердость и непоколебимость.

У каждого фильма и игры есть возрастные ограничения, поэтому не стоит показывать шестилетнему ребенку боевики, даже если их главный герой – супергерой, которого малыш очень любит. Если по возрасту игра, кино или мультфильм подходят ребенку, не лишним будет посмотреть ее вместе с ним, так как производители порой умышленно занижают возрастные критерии, чтобы увеличить число потенциальных пользователей продукта.

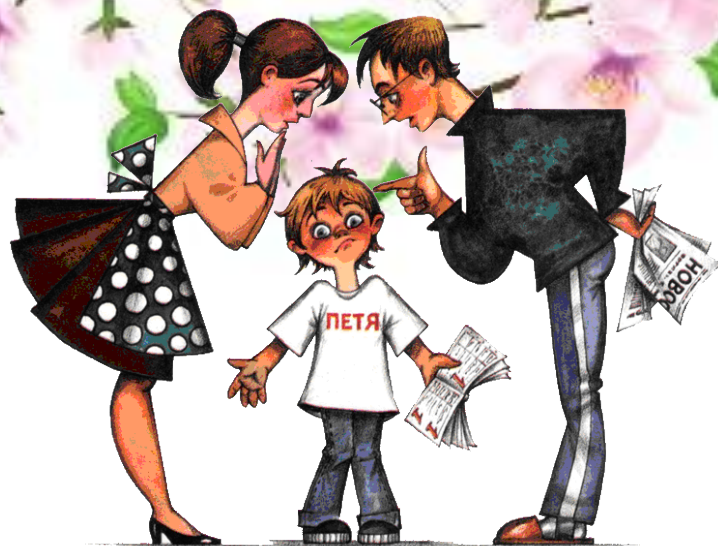
Гаджет не должен становиться вещью, с помощью которой можно «избавиться» от внимания ребенка. Да, если нужно просидеть в очереди час, гаджет можно использовать, чтобы развлечь малыша, но пользоваться этим приемом всякий раз, когда чадо стремится получить родительское внимание, не стоит. К примеру, если маме нужно приготовить обед, то почему бы не попросить кроху помочь. Пока мама делает печенье, пусть он повозится с тестом.

Играть в электронные игры перед сном категорически нельзя, так как это может негативно повлиять на здоровый и крепкий сон малыша. перевозбудившись, ребенок может не уснуть или же может беспокойно спать целую ночь.

Без гаджетов в современном мире невозможно и дети должны учиться ими пользоваться, чтобы использовать все предоставленные ими возможности. Однако родителям нужно сделать все возможное, чтобы телефон, планшет и компьютер не стали проблемой для ребенка, не принесли вред его психике и его здоровью. Чтобы этого не допустить использование гаджетов должно быть грамотным и главное умеренным. Только тогда электронные устройства будут способствовать развитию ребенка.



# Родители и дети — советы психолога



Начиная разговор о рекомендациях в воспитании детей, хочу обратить Ваше внимание на то главное, что является основой основ воспитания – **любовь** к ребенку. Никакой совет психолога, никакая рекомендация в отношении воспитания ребенка не действует, если в отношениях нет любви. Причем, любовь не за то, что ребенок красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть! Любите его не за ум, талант, красоту или одарённость, а просто за то, что он есть!

**Говорите о своей любви к ребенку.** Не стесняйтесь проявлять свою любовь к ребенку, дайте ему понять, что будете любить его всегда и при любых обстоятельствах.

**Обнимайте своего ребенка не менее четырех раз в день, а лучше 8.** Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в >день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день!

Объятия – знаки любви, они питают ребёнка эмоционально, помогая ему психологически развиваться. Неплохо то же делать и по отношению ко взрослым членам семьи....

**Постарайтесь, чтобы Ваша любовь не обернулась вседозволенностью и безнадзорностью. Установите четкие рамки и запреты и позвольте ребенку свободно действовать в этих рамках. Строго придерживайтесь установленных запретов и разрешений. Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружелюбно – разъяснительным, чем повелительным. Правила должны быть согласованы взрослыми между собой.**

## **Знаете ли вы своего ребенка?**

**Ни при каких обстоятельствах не говорите ребенку «Я тебя не люблю!».** Эта фраза не должна звучать в вашем доме, чтобы ребенок не натворил.

**Чаще обращайтесь к ребенку по имени.** У ребенка может быть семейное имя – имя, которое звучит в кругу семьи – это может быть производное от его имени Ната, Тата, Ньюша или Зайчик, Солнце и т.д.

**Помните о том, что дети являются нашим отражением.** Они берут пример с нас и поступают чаще всего так, как мы поступаем в нашей жизни.

**Если вы решили провести с ребенком воспитательную беседу...** Речь в этом случае может быть строгой, но не в коем случае резкой или грубой. В беседах избегайте многословия, чтобы не потерять главный смысл. Только спокойный и доверительный тон может донести до ребёнка мысли и требования родителей.

**Обращаясь к ребенку с просьбой или вопросом, желательно установить с ним контакт глаз:** либо Вы наклонитесь к нему, либо приподнимите ребенка до уровня ваших глаз. Всегда слушайте ребёнка внимательно, смотря в его глаза, только тогда он будет чувствовать, что его проблемы и внутреннее состояние действительно Вас волнуют.

**Никогда не пытайтесь заниматься воспитанием ребенка, если у Вас плохое настроение.** Для этого важно сначала нормализовать свое эмоциональное состояние (спокойная музыка, недолгая прогулка, 15 минут отдыха в тишине (после работы необходимы каждому!) – у каждого свои механизмы восстановления).

**Главное – оцените поступок, а не личность.** К сожалению, именно в этом пункте таится самая распространенная и самая серьезная ошибка. «Ты плохой» (оценка личности) звучит вместо уместного в этой ситуации «ты поступил плохо» (оценка поступка). Необходимо конкретно объяснить, в чем состоит ошибка, почему ребенок поступил неправильно. Если критикуются поступок, конкретная ошибка, а не личность, то у ребенка отпадает необходимость защищаться, а с ней и ненужные страхи, боязнь наказания, вынужденная ложь и т.д.

**Как нельзя осуждать личность, так нельзя осуждать чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они не были.** Например, «Посмотрите — ка обидели..» Раз эти чувства возникли у ребенка, значит, для этого есть основания, об этом можно поговорить (активное слушание).



## Тесты, игры на самооценку ребенка

**Никогда не вспоминайте о уже совершённых им ошибках. Всё, что было, должно оставаться в прошлом.**

**Ни в коем случае нельзя сравнивать детей друг с другом. Лучше вообще никогда не сравнивать ребенка с другими детьми, это провоцирует заниженную самооценку, неуверенность в своих силах, тревожность и пр. проблемы.**

**Сравнивать ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов.** Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а в сегодняшнем — 2, это нужно отметить как реальный успех, который должен быть оценен искренне и без иронии родителями.

**Если Вы заметили, что Ваш ребенок в данный момент наполнен негативными эмоциями, поговорите с ним об этом.** Можно использовать активное слушание. Активно слушать переживания и потребности ребенка – значит, возвращать ему в беседе то, что он Вам поведал, обозначая его чувство, причем в повествовательной, не в вопросительной форме. Это помогает создавать доверительную атмосферу в Ваших с ребенком отношениях.

**Если ребенок вызывает у Вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.** Для этого используйте «Я-сообщения» в разговорах с Вашим ребенком. Когда Вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о нем, не о его поведении. Делиться своими чувствами — значит доверять.

**Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей (что я чувствую, что другой чувствует). Развивать способность к эмпатии (сочувствию).**

**Физические меры воздействия и оскорбления категорически запрещены.** Физические наказания, основаны на страхе перед болью. Именно страху перед болью и инстинкту самосохранения, а не высокой сознательности взрослые должны быть обязаны, когда в процессе порки слышат фразу: «Прости, я больше не буду!». Даже если ребенок понимал, что виноват, порка снимает чувство вины – он как бы расплачивается за проступок.

**Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем, делая ему плохое.** Другими словами, лучше наказывать, двигаясь в направлении от «плюса» к нулю, чем от нуля к «минусу»; причем под нулем подразумевается нейтральный, ровный тон Ваших взаимоотношений. А что означает «плюс»? Например, в семье заведено, что по выходным дням все вместе отправляются на прогулку, мама печет вкусный пирог, папа идет с детьми на рыбалку... Когда взрослый уделяет им специальное внимание, и

с ним интересно – это настоящий праздник для ребенка. Если случается непослушание или проступок, то «праздник» отменяется.

А какой практический вывод? **Нужно иметь запас больших и маленьких праздников.** Придумайте несколько занятий с ребенком или несколько семейных дел, традиций. Сделайте некоторые из этих занятий или дел регулярными, чтобы ребенок ждал их и знал, что они наступят обязательно. Отменяйте их, только если случился проступок, действительно ощутимый, и Вы на самом деле расстроены. Однако не угрожайте их отменой по мелочам.

**Похвала за усилие** любое совершенное ребенком усилие, попытку достичь цели необходимо отмечать и поощрять. Не важно, к каким результатам он пришел, главное — отметить старание. Оставить это без положительной оценки нельзя. Тот факт, что Вы оценили, пусть небольшое, достижение ребенка, принесет ему ощущение успеха, радости, удовлетворения от проделанной работы, что уже будет являться наградой. Повышение самооценки.

## **В помощь родителям**

Иногда родители **не правильно используют поощрения:** убрал игрушки — вот тебе шоколадка, получил «пятерку» — получи деньги на развлечения и сладости. В результате ребенок привыкнет выполнять какую-либо работу или стремиться к достижению цели, только если за этим последует вознаграждение.

**Старайтесь максимально больше проводить с ребёнком своё свободное время, чтобы он всегда себя чувствовал нужным и любимым.** Часто родители жалуются: «Нет времени», важно не сколько времени Вы проведете со своим ребенком, а как Вы это свободное время (пусть даже 5 минут), организуете.

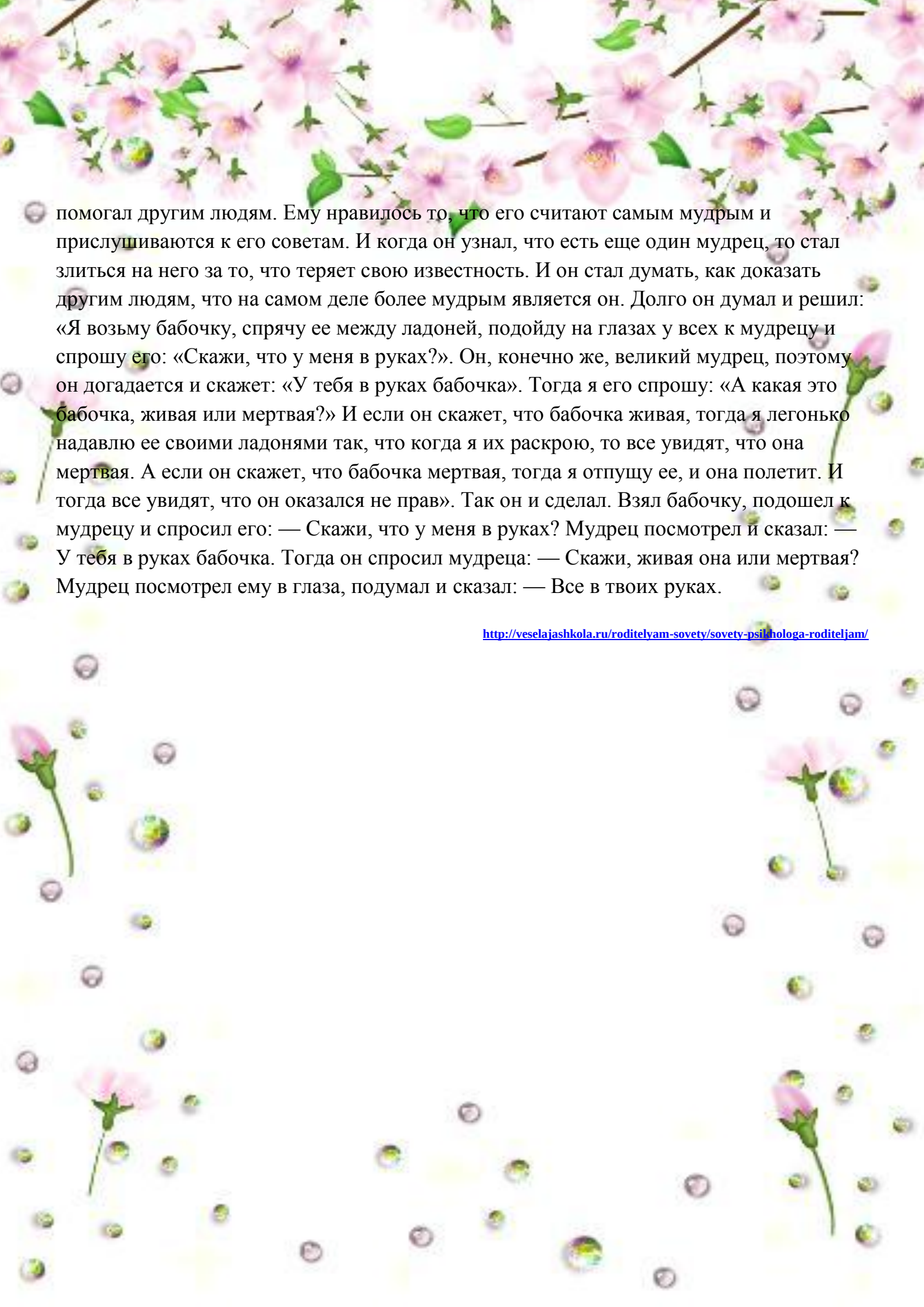
**Использовать в повседневном общении приветливые фразы.** Например, мне с тобой хорошо. Я рада тебя видеть. Хорошо, что ты пришел. Мне нравится как ты... Я по тебе соскучилась. Давай посидим, поделаем вместе. Как хорошо, что ты у нас есть. Ты мой хороший. Что укрепляет уверенность ребенка, его чувство самоценности, его самооценку.

**Выполняйте свои обещания!** Потому что верить больше не будут! А восстановить доверие ребенка очень нелегко.

## **Притча «Мудрец и бабочка»**

Много лет назад в одном городе жил очень мудрый человек. К нему часто приходили люди за советом. Каждому из них он умудрялся дать очень хороший и правильный совет. Слава о его мудрости разнеслась повсюду. Однажды его слова дошли до еще одного человека, который тоже был мудрым и известным в округе. Этот человек тоже





помогал другим людям. Ему нравилось то, что его считают самым мудрым и прислушиваются к его советам. И когда он узнал, что есть еще один мудрец, то стал злиться на него за то, что теряет свою известность. И он стал думать, как доказать другим людям, что на самом деле более мудрым является он. Долго он думал и решил: «Я возьму бабочку, спрячу ее между ладоней, подойду на глазах у всех к мудрецу и спрошу его: «Скажи, что у меня в руках?». Он, конечно же, великий мудрец, поэтому он догадается и скажет: «У тебя в руках бабочка». Тогда я его спрошу: «А какая это бабочка, живая или мертвая?» И если он скажет, что бабочка живая, тогда я легонько надавлю ее своими ладонями так, что когда я их раскрою, то все увидят, что она мертвая. А если он скажет, что бабочка мертвая, тогда я отпущу ее, и она полетит. И тогда все увидят, что он оказался не прав». Так он и сделал. Взял бабочку, подошел к мудрецу и спросил его: — Скажи, что у меня в руках? Мудрец посмотрел и сказал: — У тебя в руках бабочка. Тогда он спросил мудреца: — Скажи, живая она или мертвая? Мудрец посмотрел ему в глаза, подумал и сказал: — Все в твоих руках.

<http://veselajashkola.ru/roditelyam-sovety/sovety-psikhologa-roditeljam/>



# Вести из детского сада

24 мая в детском саду прошёл выпускной



Детский сад остался за порогом  
И перед вами новая дорога!  
Вам желаем выбрать верный путь,  
Никому из него чтобы не свернуть!

Чтобы вы все хорошо учились  
И всегда чтобы к большому  
стремились,  
Чтобы людьми хорошими росли  
И мечты осуществить смогли!

