

РЕЦЕНЗИЯ

на сборник «Современное воспитание – от теории к практике: особенности формирования интеллектуальных, духовных и физических качеств личности у детей дошкольного возраста в условиях поликультурного взаимодействия», разработанного Савченко Л.А., Мاستьяновой О.А., Гириной О.С., Грабуча Н.В., Лашенко Е.В., Прохоренко Н.А., Кузнецовой А.Е., Перельгиной И.В., Захарченко М.В., Мамедовой Г.Э., Прокопьевой Г.А., Пызенковой Е.Н., Пепеляевой И.А., Сокурено М.Г., Чех С.А., Юрченко Э.Р., Дроботенко Е.Н. педагогами муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 206»

Рецензируемый сборник содержит методические материалы, разработанные в рамках реализации инновационной программы, и является продуктом деятельности педагогов консультационного центра «Содружество» – структурного подразделения муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 206» (далее – МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 206»).

Методические материалы представляют собой теоретические рекомендации и практические разработки по формированию у детей дошкольного возраста основных качеств личности в условиях поликультурного взаимодействия.

Сборник состоит из двух основных разделов.

Первый раздел содержит лучшие практики по социально значимой деятельности. Представленные социальные проекты актуальны, направлены на развитие у воспитанников личностных качеств, способствующих успешной социализации в обществе, обозначены технологии социального взаимодействия педагогов и социальных партнеров, родителей, воспитанников, представителей общественности.

Второй раздел состоит из 7 подразделов, где размещены консультационные материалы для родителей по формированию нравственных ценностей, общей культуры, экологической культуры, навыков здорового питания и здорового образа жизни, навыков коммуникации и социализации детей дошкольного возраста в условиях поликультурного взаимодействия.

Консультационный материал является актуальным, позволяет расширить представления у родителей о процессах становления личности ребенка путем погружения в воспитательную среду, содержит практические рекомендации по организации совместной детско-родительской деятельности.

Материалы электронного сборника ориентированы как на родителей (законных представителей) воспитанников, посещающих дошкольное

образовательное учреждение, так и на родителей (законных представителей), не посещающих образовательную организацию, а также педагогических работников, осуществляющих образовательную деятельность с детьми дошкольного возраста.

Рецензент:

Декан факультета адаптивной
и оздоровительной физической культуры
ФГБОУ ВО КГУФКСТ
к.б.н, доцент



Г.В. Пономарева



Департамент образования
администрации муниципального образования
город Краснодар

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 206»

**СОВРЕМЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ –
ОТ ТЕОРИИ К ПРАКТИКЕ:
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ
ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
В УСЛОВИЯХ ПОЛИКУЛЬТУРНОГО
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

Краснодар, 2021

Департамент образования
администрации муниципального образования
город Краснодар

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 206»

**СОВРЕМЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ – ОТ ТЕОРИИ К ПРАКТИКЕ:
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ,
ДУХОВНЫХ И ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ
ПОЛИКУЛЬТУРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

Авторы-составители:
Е.А. Плотникова, заведующий
Н.Н. Чихачева, заместитель заведующего
Л.А. Савченко, старший воспитатель

Краснодар, 2021

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	6
I РАЗДЕЛ. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЙ СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ПОЛИКУЛЬТУРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ	7
Социально значимый проект «Покормим птиц». М. Г. Сокуренок	7
Социально значимый проект «Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей 3-4 лет через активизацию двигательного режима и прогулок». О.А. Мастьянова	9
Социально значимый проект «Дружба народов – крепкая страна». М.Г. Сокуренок	26
Социально-значимый проект «Народов много – страна одна». И.В. Перелыгина	29
Социально значимый проект «Моя семья». И.Е. Пепеляева	31
Социально значимый проект «Сохраним природу малой Родины». Е.В. Лащенко, Е. А., Мерцалова, Т. В.Фирсова	34
Социально значимый проект Театр здоровья». Н.А. Прохоренко	40
Социально значимый проект «Театрализованная игровая деятельность в развитии ребенка дошкольного возраста» Н.В. Грабуча	42
II РАЗДЕЛ. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ИНТЕРАКТИВНЫХ КОНСУЛЬТАЦИОННЫХ ПЛОЩАДОК РЕСУРСНОГО ЦЕНТРА «СОДРУЖЕСТВО»	45
2.1. «КУБАНЬ – НАШ ОБЩИЙ ДОМ». ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	45
Консультация для родителей «Актуальность экологического воспитания дошкольников». О. С. Гирина	45
Консультация для родителей «Формируем экологическую культуру у детей дошкольного возраста». Е.В. Лащенко	47
Консультация для родителей «Формируем бережное отношение ребенка природе». Е.В. Лащенко	49
2.2. «ДОМИК НАЦИОНАЛЬНОЙ КУХНИ». ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ПО РАЗВИТИЮ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СЕМЕЙНЫХ ТРАДИЦИЙ И КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ	52
Консультация для родителей «Особенности национальных традиций кухни Кавказа». И.Е. Пепеляева	52
Консультация для родителей «Воспитание добротой». М.Г. Сокуренок, Н.В. Грабуча	53
Консультация для родителей «Особенности нравственного воспитания дошкольников». М.Г. Сокуренок, Н.В. Грабуча	55

2.3. «МУЗЫКАЛЬНЫЙ ОСТРОВOK». ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ПО РАЗВИТИЮ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ И ХУДОЖЕСТВЕННОГО ВКУСА.....	57
Консультация для родителей «История музыки и музыкальные инструменты стран Востока». Г. А. Прокопьева.....	57
Консультация для родителей «Игры народов мира». Г. А. Прокопьева.....	62
Консультация для родителей «Музыкальные инструменты народов Севера». Е. Н. Пызенкова.....	67
Консультация для родителей «Поликультурное воспитание дошкольников». Е. Н. Пызенкова.....	69
Консультация для родителей «Кубанские народные игры». С. А. Чех.....	71
Консультация для родителей «Народные игры». М.В. Захарченко.....	73
2.4. «МАСТЕРСКАЯ УМЕЛЬЦЕВ И РЕМЕСЛЕННИКОВ». ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ПО РАЗВИТИЮ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ И ХУДОЖЕСТВЕННОГО ВКУСА.....	76
Консультация для родителей «Рисование в жизни ребенка». О. С. Гирина	76
2.5. «АЛЛЕЯ РОДОСЛОВНОЙ». ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ПО ФОРМИРОВАНИЮ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ, ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ, ПРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ.....	78
Консультация для родителей «Ознакомление детей с народами разных стран» И.В. Перелыгина.....	78
Консультация для родителей. «О капризах и упрямстве». О.А. Мاستьянова.....	80
Конспект беседы в средней группе «Кто живёт в моей семье». И.Е. Пепеляева.....	83
2.6. «КРУГ ОБЩЕНИЯ» ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ПО ФОРМИРОВАНИЮ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА РЕЧЕВЫХ НАВЫКОВ, ПЕРВОНАЧАЛЬНЫХ SOFT-КОМПЕТЕНЦИЙ.....	91
Консультация для родителей «Роль родителей в формировании грамматически правильной речи у дошкольников в многоязычной семье». Э.Р. Юрченко.....	91
Консультация для родителей. «Основа правильной речи – фонематический слух. Основные подходы в развитии фонематического слуха ребенка дошкольного возраста в многоязычной семье». Э.Р. Юрченко.....	93
Консультация для родителей «Виды сказок, их влияние на развитие связной речи детей». А.Е. Кузнецова.....	95
Консультация для родителей «Обогащение словаря ребенка в домашних условиях». А.Е. Кузнецова.....	98
Консультация для родителей «Развитие связной речи у детей старшего дошкольного возраста». А.Е. Кузнецова.....	100

Консультация для педагогов «Роль игры в развитии речи детей дошкольного возраста». А.Е. Кузнецова.....	102
Консультация для родителей «Двухязычие в семье: насколько это влияет на речевое развитие ребенка?» И. А. Пепеляева.....	104
2.7. «ЗДОРОВЫЙ Я – ЗДОРОВАЯ СТРАНА». ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ПО ФОРМИРОВАНИЮ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И НАВЫКОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ.....	106
Консультация для родителей «Правила закаливание детей». М.В. Захарченко	106
Консультация для родителей дошкольников «Как оздоровить детей летом?» О. С. Гирина.....	109
Консультация для родителей «Как хранить лекарства в доме, где живет ребенок». О. С. Гирина.....	111
Консультация для родителей «Светоотражатели для детей». О. С. Гирина	112
Консультация для родителей «Пальчиковый массаж рук для развития речи у детей». О. С. Гирина.....	114
Консультация для родителей «Рекомендации для родителей по проведению с детьми утренней гимнастики». М.В. Захарченко.....	117
Консультация для родителей «Дыхательная гимнастика для здоровья детей». И.А. Пепеляева.....	121
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	126

ВВЕДЕНИЕ

Дошкольный период детства является определяющим в становлении основ характера и выработке норм поведения подрастающего ребенка, во многом зависящих от социального окружения. Насколько ребенок будет готов к процессу коммуникации и социализации в поликультурном обществе во многом зависит от родителей и семейного воспитания.

Все материалы сборника – продукт деятельности педагогов муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 206» (далее – МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 206»).

Основной целью являлась систематизация материалов деятельности консультационного пункта интерактивных площадок ресурсного центра «Содружество», которые и вошли в сборник. Они представляют собой теоретические рекомендации и практические разработки по формированию у детей дошкольного возраста основных качеств личности в условиях поликультурного взаимодействия.

Сборник состоит из двух основных разделов.

Первый раздел содержит социально значимые проекты, которые реализуются педагогами в тесном взаимодействии с социальными партнерами, родителями, воспитанниками, представителями общественности.

Второй раздел состоит из 7 подразделов, где представлены консультационные материалы для родителей по формированию личностных качеств, общей и экологической культуры, навыков здорового питания и здорового образа жизни, навыков коммуникации и социализации детей дошкольного возраста в условиях поликультурного взаимодействия.

Материалы сборника ориентированы как на родителей (законных представителей) воспитанников, посещающих дошкольное образовательное учреждение, так и на родителей (законных представителей), не посещающих образовательную организацию, а также педагогических работников, осуществляющих образовательную деятельность с детьми дошкольного возраста.

Социально значимый проект
«Моя семья»

И.Е. Пепеляева, воспитатель

Участники проекта: дети средней группы, родители воспитанников, педагоги группы.

Образовательные области:

«Социально-коммуникативное развитие»

«Художественно-эстетическое развитие»

«Познавательное развитие» развитие»

«Речевое развитие»

«Физическое развитие»

Актуальность темы:

В младшем дошкольном возрасте у детей только начинают формироваться элементарные представления о явлениях общественной жизни.

Мы не предполагали, что такая близкая лексическая тема «Семья» вызовет большие затруднения. Начав ее изучение, выяснилось, что трудно работать с детьми на опосредованном иллюстративном материале.

Проведя небольшое тестирование мы определили, что не все дети знают о своей собственной семье: как зовут родителей (не разделяют понятия «мама» и «имя мамы»), кем работают их родители и бабушки с дедушками, мало кто из детей знает родственные связи, не понимают, кто, кому, кем приходится, кто старший в семье, кто младший.

Цель проекта:

формирование у детей первоначальных представлений о семье.

Задачи проекта:

Вызвать положительные эмоции в беседе о семье, развивать умение выражать свои чувства (радость, нежность);

Познакомить детей с понятиями «семья», «имя» и «фамилия»;

Учить называть членов своей семьи, устанавливать родственные связи;

Вызвать интерес к собственному имени;

Воспитывать у ребёнка доброжелательное отношение, уважение к своим родителям, желание помогать им.

Предполагаемый результат:

дети должны получить представления о членах семьи, научиться устанавливать родственные связи в своей семье.

Планирование по реализации проекта:

1 этап. Информационный, подготовительный

Мероприятия. Постановка проблемы:

Что мы знаем?

Мы дети.

У нас есть родители.

Что хотим узнать?

Семья – что это?

- Как о нас заботятся?
 Почему меня так называли?
 Где работают мои родители?
 Какая у меня семья?
 Рассматривание иллюстраций, открыток, посвященных теме «Семья».
 Учить устанавливать и обозначать родственные отношения в семье;
 Формировать обобщающее понятие «Семья».
 Вовлечь родителей в работу над проектом:
 Составление генеалогического древа семьи.
 2 этап. Практический (организационный, реализация проекта)
 «Познавательное развитие»
 Мероприятия. Цикл бесед на темы:
 «Кто живет в моей семье?»,
 «Какая у меня мама?»,
 «Что мама делает дома?»,
 «Как мама заботится о нас?»,
 «Как я могу заботиться о маме, папе?»
 Рассматривание сюжетной картины «Семья»,
 семейных фотографий.
 Рассказ о каждом ребёнке, беседа об именах детей, воспитывать интерес
 к собственному имени
 Беседа о братьях и сёстрах (продолжать учить устанавливать родственные
 связи в семье; формировать понимание таких категорий, как старший,
 младший)
 Подбор художественного слова, пословиц по теме проекта.
 Информационная папка «Пословицы о семье»
 Подбор стихотворений об имени ребенка.
 Информационная папка «Хорошо там и тут, где по имени зовут»
 «Социально-коммуникативное развитие»
 Мероприятия:
 Беседа «Моя мама» (познакомить детей с трудом мамы; активизация
 словаря глаголами и именами прилагательными)
 Беседа «Я и мой папа» (познакомить с профессией папы; активизация
 словаря глаголами и именами прилагательными)
 Беседа о братьях и сёстрах (продолжать учить устанавливать родственные
 связи в семье; формировать понимание таких категорий, как старший,
 младший)
 Беседа с детьми о бабушках и дедушках (расширять словарь
 прилагательных: молодой – старый, добрый, весёлый, красивая, добрая)
 «Речевое развитие»
 Мероприятия (чтение):
 рассказ Н. Артюховой «Трудный вечер»
 стихотворение С. Михалкова «А что у вас?»
 стихотворение А. Барто
 стихотворение Е. Благинина «Посидим в тишине»

рассказа Л. Н. Толстова «Бабушка и внучка»
 сказок: «Гуси-лебеди», «Кукушка», «Сестрица Алёнушка и братец
 Иванушка», «Морозко»

«Поиск и найдем хорошие слова» (активизация имен прилагательных)
 Выполнение заданий по карточке «Моя семья» и генеалогическому
 дереву.

Д/и «Назови ласково» (учить образовывать уменьшительно-ласкательные
 формы имен существительных)

Д/и «Как тебя зовут?» (продолжать учить образовывать уменьшительно-
 ласкательные формы имен существительных)

Д/и «Отгадай, о ком я говорю» (закреплять названия родственных
 отношений, расширять словарь прилагательных: молодой - старый, добрый,
 веселый, красивая, добрая.)

Д/и «Назови и покажи» (закреплять названия родственных отношений,
 расширять глагольный словарь: убирает, стирает, готовит, вяжет, чинит, печёт.)
 «Социально-коммуникативное развитие»

Сюжетно-ролевая игра «Семья», «Мама варит обед», «Помощники»

Д/и «Моя семья» «Художественно-эстетическое развитие»

Лепка «Угощение для бабушки»

Аппликация «Украсть салфетку»

Рисование «Бусы для мамы»

«Физическое развитие»

«Бусы для мамы»

(развитие мелкой моторики, нанизывание шариков на шнурок, упражнять
 детей в чередовании двухцветных шариков)

Пальчиковая игра «Моя семья»

«Поможем бабушке»

(развитие мелкой моторики рук, наматывание ниток в клубок).

Пальчиковая игра «Ладушки»

Коррекционная работа:

Упр. Кто позвал?

(развитие слухового внимания)

Упр. «Вот так!»

(развитие зрительного внимания)

Упр. «Шумовые коробочки»

(развитие слухового внимания)

Упр. «Что делают члены семьи?»

(развитие зрительного внимания)

Упражнения на развитие общих речевых навыков

Артикуляционная гимнастика «В гостях у бабушки»

(развитие артикуляционной моторики)

Упр. «Бабушка удивляется» (закрепление правильного
 звукопроизношения звука О)

Упр. «Поймай звук О» (развитие фонематического восприятия)

Упр. «Мамины духи» (развитие глубокого вдоха и плавного выдоха)

Упр. «Ау, ау - кричу в лесу» (развитие силы голоса)
 3 этап. Заключительный (завершающий, результативный)
 Мероприятия
 С/р игра «Семья»
 Рассматривание генеалогического древа
 Составление с детьми рассказов о членах семьи:
 «Моя семья»
 Оформление стенда - выставки «Моя семья»
 Чтение стихов о своей семье.

Социально значимый проект
 «Сохраним природу малой Родины»

Е.В. Лащенко воспитатель
 Е. А., Мерцалова, воспитатель
 Т. В.Фирсова, воспитатель

Актуальность проекта.

В современных условиях проблема экологического воспитания дошкольников приобретает особую актуальность, ведь именно в этот период происходит становление человеческой личности, формирование начал экологической культуры. Поэтому очень важно развивать у детей интерес к изучению природы родного края, расширять знания детей о взаимосвязях всего живого. Воспитывать чувства гордости за родную природу, бережного отношения к ней. Именно в это время формируются экологические представления об объектах и явлениях природы, являющиеся основой систематических знаний о природной среде и бережном к ней отношении. Но эти представления не формируются на пустом месте. Нужны живые хорошие примеры перед глазами детей. Каждое слово взрослого, каждый жест, не говоря уже о поступках, могут служить для ребенка примером для подражания. Вот почему так важно сегодня помочь детям освоить новую систему ценностей взаимоотношениях с природой, сохранения природного наследия. В связи с хозяйственной деятельностью человека постоянно меняются условия окружающей среды. Природа и растительный мир в частности претерпевают все большие изменения.

Неразумное, недальновидное, хищническое использование природных ресурсов, а также массовый отдых на лоне природы – все это приводит к уничтожению природы: загрязнению воздуха, почвы, воды, вытаптыванию травянистых растений, поломке деревьев, кустарников, замусориванию растительных сообществ, и просто к уничтожению отдельных видов растений и животных.

Обоснование актуальности проекта:

Глобальное потепление, загрязнение воздуха и земли, изменение климата, сокращение числа редких животных и растений, появление новых заболеваний

2.2. «ДОМИК НАЦИОНАЛЬНОЙ КУХНИ»
ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ПО РАЗВИТИЮ
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
СЕМЕЙНЫХ ТРАДИЦИЙ И КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

Консультация для родителей
«Особенности национальных традиций кухни Кавказа»

И.Е. Пепеляева, воспитатель

Всем известно, что Кавказ славится своими хлебами. Здесь произрастают все виды злаковых, бобовых растений. В семьях и на производстве выпекают более 2000 видов хлебной продукции.

Овощи и фрукты, выращенные на полях и садах Кавказа богаты витаминами и полезными веществами (микра и макра-элементами), а блюда, приготовленные из них, отличаются сбалансированным вкусом и ароматом. Традиционная пища способствуют гармоничному развитию детского организма и его функционированию.

В кавказской кухне используются овощи, фрукты, злаки и травы, выращенные не только на полях, садах, но и лесах и высокогорных районах. Особенно часто в блюдах можно увидеть овощи семейства пасленовых (томаты, болгарский перец, баклажаны), распространенными являются все виды капусты, бахчевых культур, различные виды шпината, сельдерея, видов пряностей.

Кухне Кавказа свойственно использование большого количества различной зелени, а также добавления в пищу красоты украшения, придания вкуса, который никого не оставит равнодушным.

Высоко в горах произрастает множество трав, которые, используются в качестве усилителей вкуса – приправ, и в качестве отдельных блюд.

У Кавказской кухни есть ещё, особенная черта, это различные соусы, которые также приготовлены из трав. Блюда подают вместе с соусом, но для каждого блюда он должен быть индивидуальным. Делается это для того, чтобы подчеркнуть, вкус мясных, рыбных также блюд из овощей.

Кухня Кавказа не просто традиция — а целая культура. Многонациональные семьи, проживающие на Кавказе, внесли свою лепту в развитие культуры питания подрастающего поколения.

В каждой семье из поколения в поколение передаются семейные рецепты приготовления мяса, птицы, овощей, солений и десертов. В памяти каждого ребенка сохраняются яркие воспоминания, связанные с семейными застольями с вкусными и ароматными блюдами.

Все это способствует не только качественному и сбалансированному питанию, но и сохранению традиций передающихся из поколения в поколение, традиций дружно жить, вместе растить детей, быть гостеприимными и хлебосольными.

Издавна, жители Кавказа считаются долгожителями, во многом это благодаря тем семейным традициям и культуре питания, которая существует и в настоящее время.

Консультация для родителей
«Воспитание добротой»

М.Г. Сокуренок, воспитатель
Н.В. Грабуча, воспитатель

Доброта, отзывчивость, честность, порядочность, трудолюбие – кто из родителей не хотел, бы воспитать у своего ребенка эти прекрасные человеческие качества? К сожалению, их желание не всегда осуществляется. Что такое доброта? На этот вопрос ответ прочитаем в толковом словаре И. С. Ожегова: «Доброта – это отзывчивость, душевное расположение к людям, стремление делать добро другим». Доброта – это очень сложное и многогранное качество личности. В книге выделено семь основных «ступеней» доброты.

1. Дружелюбие – открытое и доверительное отношение к людям.
2. Честность – искренность и правдивость в поступках и мыслях.
3. Отзывчивость – готовность помогать другим людям.
4. Совесть – нравственная ответственность за свои поступки.
5. Сострадание – сочувствие, сопереживание, умение чувствовать чужую боль.
6. Благородство – высокая нравственность, самоотверженность.
7. Любовь – глубокое сердечное чувство, высшая степень положительного отношения.

С чего начинается воспитание доброты у ребенка? В чем она выражается? Самое главное – это как же воспитать доброту в малыше? Очень трудно приводить ему какие – либо доводы и доказательства, не опираясь на его личный опыт, не узнав его мнения на этот счет.

Впервые ребенок узнает о том, что есть добро и есть зло на страницах сказок, в достаточно раннем возрасте. Он уже начинает понимать, что добрые поступки всегда вознаграждаются, а зло обязательно будет наказано. Именно так дети учатся быть друг к другу добрее, снисходительнее, помогать тем, кто оказался в беде и нуждается в помощи.

Сказки способны привить отзывчивость, любовь к прекрасному. Трудно переоценить значение сказок для воспитания ребенка. При помощи сказки, ярких сюжетов, ребенку гораздо проще усвоить жизненные ценности.

С младшего дошкольного возраста детей, прежде всего, надо приучать делиться игрушками с друзьями. Находясь в детском социуме, малыш не может быть замкнутым в своем «маленьком мире», он общается со сверстниками и поделится своей любимой игрушкой – эта первая ступень к доброте: поделишься ты, поделятся и с тобой.

получит значительно более ценное, чем общепринятое «больше внимания». Ваш ребёнок станет спокойнее, увереннее, жизнерадостнее и счастливее. Пробуйте, и у вас всё получится.

Конспект беседы в средней группе
«Кто живёт в моей семье»

И.Е. Пепеляева, воспитатель

Цель: формировать представления детей о семье, ее членах.

Задачи: научить правильно называть всех членов семьи. Развить представления о термине «родственники»; «родня»; о семье как о людях, которые живут вместе, любят друг друга, заботятся друг о друге. Воспитывать заботливое отношение к близким людям, чувство взаимопомощи в семье.

Ход занятия:

I. Орг. момент

1. Психологический настрой

Мы сначала будем топтать:

Топ-топ-топ, топ-топ-топ.

А потом мы будем хлопать:

Хлоп-хлоп-хлоп, хлоп-хлоп-хлоп.

А потом мы повернемся

И друг другу улыбнемся.

Что вы почувствовали, приветствуя друг друга?

-Тепло.

2. Постановка учебной задачи. Формулировка целей

-Ребята, сегодня на уроке мы поговорим о чем-то приятном и согревающем душу каждого человека.

Загадка: Без чего на белом свете

Взрослым не прожить и детям?

Кто поддержит вас, друзья?

Ваша дружная... (семья)

- Кто догадался? О чем мы будем говорить сегодня на занятии?

Ответы детей.

-Сегодня мы должны будем выяснить: Что такое семья? Что объединяет членов семьи?

Окружающий нас мир

Интересно познавать

Его тайны и загадки

Мы готовы разгадать.

II. Изучение нового материала

1. Словарная работа

- А что такое в вашем понимании «семья»?

Ответы детей.

-Давайте обратимся к словарю. Прочитайте значение слова « семья » в словаре.

Словарь Ожегова С. И.:

1. Это группа живущих вместе близких родственников;
2. Объединение людей, сплочённых общими интересами.

Ушаков Д.Н.:

Семья – группа людей, состоящая из родителей, детей, внуков и ближних родственников, живущих вместе.

-Какое из этих определений более точно подходит слову семья? Почему?

- А я вам хочу рассказать одну легенду о том, как появилась «семья». Это было очень-очень давно, когда появились первые люди на земле – Адам и Ева.

Когда появилось слово семья?

Когда-то о нём не слыхала Земля –

Но Еве сказал перед свадьбой Адам;

– Сейчас я тебе семь вопросов задам:

Кто деток родит мне, богиня моя?

Ева тихонько ответила: «Я»

– Кто их воспитает, царица моя?

Ева покорно ответила: «Я»

– Кто есть приготовит, о радость моя?

Ева всё также ответила: «Я»

– Кто платье сошьёт, постирает бельё,

Меня приласкает, украсит жильё?

«Я, я», – тихо молвила Ева: «я, я»,

Сказала она знаменитых семь «Я»

Вот так на Земле появилась семья.

(Показ ребуса «7Я»)

2. Решение учебной задачи

Игра: «Расскажи о своей семье»

Расскажите о своей семье. Кто живёт с вами в одном доме? Как зовут вашу маму и вашего папу? Есть ли у вас братья и сёстры? Как их зовут? Кто ещё у вас есть из близких родственников?

3. Игра «Скажи ласково». (Игра с мячом)

В семье друг друга называют ласково, нежно, потому что друг друга любят. Как можно назвать ласково? (Воспитатель называет первое слово, дети продолжают.)

Дочь – доченька, дочурка.

Сын — сынок, сыночек.

Папа — папочка, папенька.

Дед – дедушка, дедуля.

Мама — мамочка, мамуля.

Сестра-сестрёнка.

Брат - братик, братишка

4. Беседа.

- А теперь давайте подумаем, что же объединяет всех членов семьи? Для этого я вам предлагаю выполнить следующее задание: найдите смысловые ошибки. Подумайте, может ли то, что написано в предложении, быть признаком хорошей дружной семьи?

Члены семьи каждый день ссорятся, обижают друг друга. Для каждого члена семьи – своя отдельная квартира. У каждого свой кошелек. Каждый член семьи отдыхает отдельно. У каждого члена семьи свое хозяйство.

Дети: Члены семьи любят и уважают друг друга; живут в одной квартире; распределяют деньги на покупки в хозяйство; вместе отдыхают и проводят свободное время; занимаются домашним хозяйством.

Мы с вами назвали то, что объединяет членов семьи. А чем семья отличается от другой группы людей? Можно ли наш класс назвать семьей?

Дети: У класса нет совместного хозяйства, не распределяем бюджет, нет родственных отношений.

Вывод. Класс не является семьей в том понимании, в каком мы сегодня говорим о семье.

- Ребята, а кто в вашей семье больше всех занимается домашними делами? (мама)

-Что делает по дому мама?

-А что делает папа?

-Чем занимаются бабушка и дедушка?

-Какие заботы по дому есть у вас?

5. Игра «Корзина добрых дел»

Дети становятся в круг вокруг корзины. По очереди передают корзину, называя доброе дело: мою посуду, поливаю цветы, заправляю кровать... (Во время игры звучит спокойная музыка.)

6. Игра « Кто кому кто?»

- В семье каждый из нас имеет множество воплощений. Я – жена, мать, сестра, дочь, тетя, племянница... А теперь мы посмотрим, знаете ли вы своих родственников, и кто кому кем приходится.

Даша, ты кто для мамы? (дочь)

Илья, кто называет тебя сыном? (папа)

Богдан, ты кто для бабушки? (внук)

Настя, у папы есть мама. Кто она тебе? (бабушка)

Серёжа, у мамы есть сестра. Кто она тебе? (тетя)

Ангелина, у маминной сестры есть дети: сын и дочь. Кто они тебе? (двоюродные братья и сестры).

7. Физкультминутка:

Пальчиковая гимнастика

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папа,

Этот пальчик – мама,

Этот пальчик – я.

Вместе дружная семья.

Пальчиковая игра «Кто живёт у нас в квартире?»

1,2,3,4

Кто живёт у нас в квартире? (Дети загибают пальцы, считая их.)

1,2,3,4,5.

Всех могу пересчитать.

Мама, папа, брат, сестра,

Кошка Мурка, два котёнка,

Мой сверчок, щегол и я-

Вот и вся моя семья!

8. Пословицы и поговорки о семье.

Вся семья вместе – душа на месте».

Как вы понимаете её смысл?

Вся семья вместе, все заняты своим делом, добры к друг другу, заботятся друг о друге, помогают друг другу, внимательны к друг другу. делятся своими радостями, утешают, жалеют. От этого и на душе хорошо, тепло.

-А теперь послушайте пословицу.

-На что клад, когда в семье лад.

-Как вы ее понимаете? Что такое «лад»?

Дети: Лад – согласие.

-Теперь послушайте одну легенду.

В давние времена жила одна семья, и в ней царили мир, любовь и согласие. Молва долетела до правителя тех мест, и он спросил у главы семьи: «Как вам удаётся жить, никогда не ссорясь, не обижая друг друга?». Старец взял бумагу и написал на ней что-то. Правитель посмотрел и удивился: на листе было написано сто раз одно и то же слово - «понимание».

Обобщение: Умение ладить с собой и с людьми – это самое ценное качество в человеке. Семья – наш общий дом. Когда дом наполнен улыбками, взаимопониманием, в нём тепло и уютно всем. Все чувствуют себя хорошо и комфортно.

Из поколения в поколения передаются семейные ценности и традиции, создаются семейные альбомы

- Семейный фотоальбом. Да, действительно это альбом с фотографиями моей семьи, мой семейный альбом.

- Думаю, у каждого из вас дома есть такие фотоальбомы.

Подготовьте дома вместе с родителями фотоальбом на тему «Моя семья» и принесите на следующее занятие.

-А теперь заглянем в будущее. Представьте себя в роли папы (мамы), бабушки (дедушки). Какими вы себя видите? Как бы вы хотели, чтобы к вам относились ваши близкие?

9. «В мире животных»

– В природе тоже существуют семьи. У животных есть семьи, у растений и т.д.

– Давайте поможем малышам найти свою семью. (Коллективная работа)

– Посмотрите внимательно и решите, кто попал не в свою семью?

Есть мама у жеребенка,

Есть мама у львенка,
 Есть мама у самого маленького котенка.
 И у ребенка есть мама,
 Любимая славная самая.

10. Итог.

У нас у всех есть семья. У кого — то большая, у кого-то по меньше. Но в каждой семье вас любят и о вас заботятся. Вы — самые счастливые дети на свете.

Я люблю свою семью.
 Маму, папу я люблю,
 Люблю деда и бабусю
 И щенка и кошку Мусю!
 Всех кого я так люблю-
 Имеют право на семью.

*Закончите предложение:

— Мама и папа для меня самые ...

— Я доверяю свои тайны ...

— Я люблю бабушку за то ...

— Свою семью я считаю ...

— Родным я хочу пожелать

Загадки о семье

- Ребята, я предлагаю вам отгадать загадки, о членах семьи.

Кто вас, дети, больше любит,

Кто вас нежно так голубит Кто научит гвоздь забить,

И заботится о вас, Даст машину порулить

Не смыкая ночью глаз? И подскажет, как быть смелым,

(мама) Сильным, ловким и умелым?

Все вы знаете, ребята, —

Кто любить не устает, Это наш любимый...

Пироги для нас печет, (папа)

Вкусные оладушки?

Это наша...

(бабушка) Он трудился не от скуки,

У него в мозолях руки,

А теперь он стар и сед —

Мой родной, любимый...

Кто веселый карапузик — (дед)

Шустро ползает на пузе?

Удивительный мальчишка — Кто любит и меня, и братца,

Это младший мой... Но больше любит наряжаться? —

(братишка) Очень модная девчонка —

Моя старшая...

(сестренка)

Дополнительный материал

Маму очень я люблю

Папу тоже я люблю.
 Мама мне печет коврижки,
 Папа мне читает книжки.
 Папа, мамочка и я —
 Наша дружная семья.
 Я и бабушку люблю
 Я и дедушку люблю.
 Я всегда им помогаю,
 Пол мету и пыль стираю.
 Мама, папа, дед и я —
 Наша дружная семья.
 И сестренку я люблю
 И братишку я люблю.
 С братом плаваем, ныряем,
 А с сестрой в снежки играем.
 Мама, папа, дед и я
 Баба, брат, сестра моя —
 Наша дружная семья.
 Семья — это то, что мы делим на всех,
 Всем понемножку: и слезы и смех,
 Взлет и падение, радость, печаль,
 Дружбу и ссоры, молчанья печать.
 Семья — это то, что с тобою всегда.
 Пусть мчатся секунды, недели, года,
 Но стены родные, отчий твой дом —
 Сердце навеки останется в нем!
 Главное в жизни это семья,
 Где есть мама, папа брат, сестренка и я!
 Вместе с семьей мы ходим гулять,
 Вместе встаем и ложимся спать.
 Вместе делаем все и всегда,
 Потому, что мы настоящая семья!

в ваших семьях любят друг друга, весело и дружно живут все вместе.

Семьи бывают

большие и маленькие. Главное, чтобы в семье всегда были мир, дружба,
 уважение, любовь

друг к другу.

Занятия заканчивается.

В дружной семье и в холод тепло.

В недружной семье добра не бывает.

В прилежном доме густо, а в ленивом доме пусто.

В своей семье всяк сам большой.

В своей семье какой расчет?

В своем доме и стены помогают.

В семье и каша гуще.

В семье разлад, так и дому не рад.
 В семье согласно, так идет дело прекрасно.
 В семье, где нет согласия, добра не бывает.
 В семью, где лад, счастье дорогу не забывает.
 В хорошей семье хорошие дети растут.
 Везде хорошо, но дома лучше.
 Вся семья вместе, так и душа на месте.
 Где мир да лад, там и Божья благодать.
 Где совет — там и свет, где согласие — там и Бог.
 Густая каша семьи не разгонит.
 Двойня — и счастья вдвое.
 Девичье смирение дороже ожерелья.
 Дерево держится корнями, а человек семьей.
 Дети родителям не судьи.
 Для внука дедушка — ум, а бабушка — душа.
 Доброе братство лучше богатства.
 Дом согревает не печь, а любовь и согласие.
 Дома все споро, а вчуже житье хуже.
 Дочерьми красуются, сыновьями в почете живут.
 Дружная семья не знает печали.
 Жизнь родителей в детях.
 За общим столом еда вкуснее.
 Земля без воды мертва, человек без семьи — пустоцвет.
 И ворона воронят хвалит.
 Каков брат, такова и сестра.
 Княжна хороша, и барыня хороша, а живет красна и наша сестра.
 Когда нет семьи, так и дома нет.
 Коли внучек маю, так и сказки знаю.
 Куда мать, туда и дитя.
 Лучших братьев и сестер не бывает.
 Люблю своих детей, но внуки милей.
 Любовь братская крепче каменных стен.
 Любовь да совет — там горя нет.
 Любящая мать — душа семьи и украшение жизни.
 Материнская молитва со дна моря достает.
 Материнский гнев, что весенний снег: и много его выпадет, да скоро растает.
 Мать всякому делу голова.
 Мать кормит детей, как земля людей.
 Мать приветная — ограда каменная.
 Мы родные: ваши собаки ели, а наши на ваших через плетень глядели.
 На что и клад, когда в семье лад.
 Намеки да попреки — семейные пороки.
 Не будет добра, коли в семье вражда.
 Не прячь свои неудачи от родителей.

Нет добра, коли меж своими вражда.
Нет друга супротив родного брата.
Отец наказывает, отец и хвалит.
Отца с матерью почитать — горя не знать.
При солнышке тепло, при матери добро.
Родителей чти — не собьешься с истинного пути.
Родители трудолюбивы — и дети не ленивы.
Родительское слово мимо не молвится.
Свои люди — сочтемся.
Свой дом — не чужой: из него не уйдешь.
Свой своему не враг.
Свой со своим считайся, а чужой не вступайся.
Семейное согласие всего дороже.
Семейный горшок всегда кипит.
Семье, где помогают друг другу, беды не страшны.
Семьей дорожить — счастливым быть.
Семьей и горох молотят.
Семья без детей, что цветок без запаха.
Семья — опора счастья.
Семья в куче, не страшна и туча.
Семья дает человеку путевку в жизнь.
Семья крепка ладом.
Семья сильна, когда над ней крыша одна.
Сердце матери греет лучше солнца.
Сердце матери отходчиво.
Сестра с сестрою, как река с водою.
Согласие да лад — в семье клад.
Согласную семью и горе не берет.
Согласье в семье — богатство.
Ссора в своей семье — до первого взгляда.
Старший брат как второй отец.
Счастье родителей — честность и трудолюбие детей.
Сын да дочь — ясно солнце, светел месяц.
Терпенью матери нет предела.
Тому не о чем тужить, кто умеет домом жить.
У кого есть бабушка и дед, тот не ведает бед.
У милого дитяти много имен.
Хоть тесно, да лучше вместе.
Чего не хочешь сестре и брату, того не желай и своим обидчикам.
Человек без братьев и сестер — одинокое дерево.
Человек без семьи, что дерево без плодов.
Что есть — вместе, чего нет — пополам.

предложения. Ведь мы является образцом (эталонем) правильной речи для ребенка. Во время игры педагог, родители должны стараться не обрывать ребенка, даже если он допускает ошибки в речи. Не перебивайте и не торопите ребенка с речевыми трудностями, дайте ему выразить свои мысли в игре.

Играя с детьми необходимо поддерживать стремление ребенка к общению, поощрять даже за незначительные успехи и самому радоваться этим успехам. Важно быть осторожным, чтобы нечаянно не обидеть ребенка с проблемами в речи, чтобы у ребенка не возник страх ошибиться, говоря что-либо.

Консультация для родителей

«Двуязычие в семье:

насколько это влияет на речевое развитие ребенка?»

И.А. Пепеляева, воспитатель

Зачастую, родители, говорящие на разных языках, интересуются, как себя вести по отношению к ребенку?

Естественно с ребенком в семье необходимо общаться на языке, который родной родителям. Но если язык, который близок и понятен для ребенка, разительно отличается от языка, внешней социальной среды (школа, детский сад)?

Билингвизм (двуязычие) помогает ребенку адаптироваться к двум различным культурам, которые имеют огромное значение в жизни семьи и внешнего социума. Т.к. детям ежедневно приходится общаться в двух разных средах, каждая из которых играет немаловажную роль в жизни дитя.

Дети, рожденные в двуязычной среде, при нормальном речевом развитии, обычно не испытывают особых сложностей с усвоением обоих языков, на них они и думают и говорят без ошибок и акцента. Это обстоятельство, открывает широкие возможности для ребенка. Возможность быстрого и беспрепятственного переключения с одного языка на другой, ускоряет процесс интеллектуального развития, расширяет возможности памяти, логических способностей и других психических процессов.

У детей-билингвистов, отмечается обилие и большее разнообразие детских словоформ, связанных со смешиванием лексических, морфологических и синтаксических конструкций двух языков.

Детям же, имеющим речевые нарушения, значительно сложнее усваивать лексику и грамматику двух языков, в таком случае необходима помощь логопеда, а зачастую и дефектолога, и других узких специалистов. Это обстоятельство усложняет не только речевое развитие, но и затормаживает

Нарушения речи таких детей, сходные с речевыми нарушениями русскоязычных детей с фонематическим, фонетико-фонематическим или общим недоразвитием речи, а именно: нарушения произношения фонем, общих для обоих языков; нарушения восприятия присутствующих в обоих языках фонем; недоразвитие лексико-грамматического строя речи обоих языков. Данные речевые нарушения в анамнезе могут иметь проблемы в развитии, аналогичные детям-монолингвам.

В соответствии с вышеперечисленными нарушениями, выстраивается план работы педагогов-специалистов с ребенком-билингвистом на языке окружающего социума. А также выстраивается процесс взаимодействия с родителями, с целью дополнительной помощи в коррекции всех сторон речи родного для семьи языка.

Во избежание проблем с речевым развитием ребенка, родителям необходимо помнить, что родной язык несет в себе культурные знания, помогает ребенку выражать его духовные и социальные потребности. Но для успешного усвоения ребенком второго языка, необходимо как можно чаще говорить с ним на нем, об окружающем, о чувствах и мыслях. Нужно поощрять общения ребенка со сверстниками, говорящими на обоих языках, что дает возможность ребенку анализировать смысловые конструкции, соотносить лексические единицы. Родителям следует позаботиться о наличии книг, и игрушек, телепередач на обоих языках. Ведь именно родители, занимаясь дома с ребенком на обоих языках, могут обеспечить равноценное усвоение языковых навыков.

Консультация для родителей
«Дыхательная гимнастика для здоровья детей»

И.А. Пепеляева, воспитатель

Обучив малыша простым и веселым дыхательным упражнениям, вы сделаете неоценимый вклад в его здоровье и профилактику ОРВИ.

Дыхательные упражнения могут проводиться во время утренней гимнастики, гимнастики после пробуждения или на прогулке.

На первых порах дыхательные упражнения кажутся детям одними из самых сложных. И тем важнее помочь детям, превратив скучные упражнения в веселую игру. Не следует ставить цель выполнить все упражнения сразу. Можно выполнять несколько хорошо знакомых, постепенно дополняя их новыми, или менять, разбив по дням недели. Дыхательная гимнастика для ребенка может стать как приятным времяпровождением, к которому он сам будет стремиться, так и тягостным рутинным действиям, от которого лишь негативные эмоции. Все в ваших руках!

Почему дыхательная гимнастика нужна?

«Дыхательная система ребенка устроена природой чрезвычайно сложно и мудро. Главная задача родителей – сохранить ее здоровой». Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой.

Правильное дыхание.

Еще одно необходимое условие правильного развития, хорошего роста – умение правильно дышать. Ребенка легко можно научить правильному дыханию. Девять детей из десяти дышат неправильно и по этой причине плохо себя чувствуют. Ребенка, не умеющего правильно дышать, можно узнать сразу: узкие плечи, слабая грудь, рот открыт, движения нервозны.

Суть дыхания в том, чтобы впустить воздух в легкие и насытить кислородом кровь в легочных альвеолах. Дыхание распадается на два акта: вдох, во время которого грудь расширяется и воздух проникает в легкие; и выдох – грудная клетка возвращается к своему обычному объему, легкие сжимаются и выталкивают имеющийся в них воздух.

Ваша задача – научить ребенка хорошо очищать легкие. Если он полностью не выдыхает, то в глубине легких остается изрядное количество испорченного воздуха, а кровь получает мало кислорода. Научив ребенка дышать через нос, вы поможете ему избавиться от частых насморков, гриппа, ангины и т.п.

Нужно приучить ребенка к полному дыханию, чтобы он расширял грудную клетку и развивал мышцы живота. Покажите, как втягивать живот во время дыхания, сделать его плоским и впалым.

Понять, что такое дыхание, поможет игра с розой и одуванчиком. Дайте ему понюхать цветок (рот закрыт, ноздри развернуты). Многие дети сопят, а не нюхают. Помогите почувствовать разницу. Затем дайте подуть на одуванчик:

сначала ртом, чтобы он видел, как разлетаются зернышки, потом носом (поочередно прижимая к переносице то одну ноздрю, то другую).

Очень полезная для развития лёгких игрушка – свисток, тем более что разновидностей свистков существует великое множество, так что ребёнок не заскучает. Очень увлекательная игра, если дуть через трубочку для коктейля в стакан с водой. Ребёнок дует, вода пузырится – весело и полезно, не только для укрепления дыхательных путей, но и для развития речевого аппарата. Деткам постарше можно надувать воздушные шарик. Но помните, что дыхательные упражнения очень утомляют и могут вызвать головокружения, поэтому не стоит их выполнять более 5 – 10 минут.

Можно продолжить игру: заставить кружиться бумажную мельницу, задуть свечу. Эти упражнения тоже выполняются попеременно (ртом и носом). Детей очень веселят мыльные пузыри – тоже полезное занятие для развития правильного дыхания.

Во время прогулки в сквере, за городом, в лесу, у реки покажите, как можно почувствовать чудесный вкус чистого воздуха, медленно вдыхая его носом. Затем заставьте полностью удалить из лёгких использованный воздух. Одновременно развивайте восприимчивость: «Что ты чувствуешь? Цвет, запах травы или мокрых осенних листьев?» Можно дуть на одуванчики, сдувать пёрышки с ладошки.

Правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней, улучшает пищеварение (прежде чем пища будет переварена и усвоена, она должна поглотить кислород из крови и окислиться).

Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью.

Кроме того, дыхательные упражнения просто необходимы детям, довольно часто болеющим простудными заболеваниями, бронхитами, а также выздоравливающим после воспаления лёгких или страдающим бронхиальной астмой.

Дыхательная гимнастика прекрасно дополняет любое лечение (медикаментозное, гомеопатическое, физиотерапевтическое), развивает ещё несовершенную дыхательную систему ребёнка и укрепляет защитные силы организма.

Важно!!! Занимаясь дыхательной гимнастикой, нужно следить, чтоб у ребенка не было симптомов гипервентиляции лёгких (учащённое дыхание, резкое изменение цвета лица, дрожание кистей рук, чувство покалывания и онемения в руках, ногах). Если начинает кружиться голова – складываем ладошки вместе («ковшиком»), подносим их вплотную к лицу и несколько раз глубоко дышим в них (2-3 раза). После этого дыхательную гимнастику можно продолжать.

Техника выполнения упражнений дыхательной гимнастики для детей:

- воздух набирать через нос;
- плечи не поднимать;
- выдох должен быть длительным и плавным;

- необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками)

Выполнять лучше до завтрака или после ужина.

Упражнение 1. Пузырики.

Пусть малыш сделает глубокий вдох через нос, надует «щёчки – пузырики» и медленно выдыхает через чуть приоткрытый рот. Повторить 2 – 3 раза.

Упражнение 2. Насосик.

Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.

Упражнение 3. Говорилка.

Вы задаёте вопросы, малыш отвечает.

Как разговаривает паровозик? Ту – ту – ту - ту.

Как машинка гудит? Би – би. Би – би.

Как « дышит» тесто? Пых – пых – пых.

Можно ещё попеть гласные звуки: о-о-о-о-ооо, у-у-у-уууу.

Упражнение 4. Самолет.

Рассказывайте стихотворение, а малыш пусть выполняет движения в ритме стиха:

Самолёттик - самолёт (малыш разводит руки в стороны ладонками вверх, поднимает голову, вдох)

Отправляется в полёт (задерживает дыхание)

Жу- жу -жу (делает поворот вправо)

Жу-жу-жу (выдох, произносит ж-ж-ж)

Постою и отдохну (встает прямо, опустив руки)

Я налево полечу (поднимает голову, вдох)

Жу – жу – жу (делает поворот влево)

Жу- жу –жу (выдох, ж-ж-ж)

Постою и отдохну (встаёт прямо и опускает руки).

Повторить 2-3 раза

Упражнение 5. Мышка и мишка.

Вы читаете стихотворение, ребёнок выполняет движения.

У мишки дом огромный (выпрямиться, встать на носочки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть наруки, вдох)

У мышки – очень маленький (присесть, обхватить руками колени, опустить голову, выдох с произнесением звука ш-ш-ш)

Мышка ходит в гости к мишке (походить на носочках)

Он же к ней не попадёт.

Повторить 3 – 4 раза.

Упражнение 6. Ветерок.

Я ветер сильный, я лечу, лечу, куда хочу (руки опущены, ноги слегка расставлены, вдох через нос),

Хочу налево посвищу (повернуть голову налево, губы трубочкой и подуть),

Могу подуть направо (голова прямо, вдох, голова направо, губы трубочкой, выдох),

Могу и вверх (голова прямо, вдох через нос, выдох через губы трубочкой, вдох),

И в облака (опустить голову, подбородком коснуться груди, спокойный выдох через рот),

Ну а пока я тучи разгоняю (круговые движения руками).

Повторить 3-4 раза.

Упражнение 7. Курочки.

Выполняйте вместе с малышом. Встаньте, наклонитесь, свободно свесьте руки-«крылья» и опустите голову. Произносим: «Так-так-так» и одновременно похлопываем по коленкам. Выдох. Выпрямитесь, поднимите руки вверх – вдох. Повторить 5 раз.

Упражнение 8. Пчелка.

Покажите ребенку, как нужно сидеть: прямо, скрестив руки на груди и опустив голову.

Пчёлка сказала: «Жу-жу-жу» (сжимаем грудную клетку и на выдохе произносим: ж-ж-ж, затем на вдохе разводим руки в стороны, расправляем плечи и произносим...)

Полечу и пожужжу, детям мёда принесу (встаёт и, разведя руки в стороны, делает круг по комнате, возвращается на место).

Повторить 5 раз. Следите, чтоб вдох был через нос, и дыхание было глубокое.

Упражнение 9. Косим траву.

Предложите малышу «покосить траву»: ноги на ширине плеч, руки опущены. Вы читаете стишок, а ребёнок, произнося «зу-зу» машет руками влево – выдох, вправо – вдох.

Зу-зу, зу-зу,

Косим мы траву.

Зу-зу, зу-зу,

И налево взмахну.

Зу-зу, зу-зу,

Вместе быстро, очень быстро

Мы покосим всю траву.

Зу-зу, зу-зу.

Пусть ребёнок встряхнёт расслабленными руками, повторить с начала 3 – 4 раза.

Вот еще пример некоторых упражнений, их всегда можно комплектовать и чередовать по-своему.

Часики.

Встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторять 10–12 раз.

Трубач.

Сесть, кисти рук сложить в трубочку, поднять почти вверх. Медленно выдыхая, громко произносить «п-ф-ф». Повторить 4–5 раз.

Петух.

Встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Поднять руки в стороны, а затем хлопнуть ими по бедрам. Выдыхая, произносить «ку-ка-ре-ку». Повторить 5–6 раз.

Каша кипит.

Сесть, одна рука на животе, другая — на груди. При втягивании живота сделать вдох, при выпячивании — выдох. Выдыхая, громко произносить «ф-ф-ф-ф-ф». Повторить 3–4 раза.

Паровозик.

Ходить по комнате, делая попеременные махи согнутыми в локтях руками и приговаривая «чух-чух-чух». Повторять в течение 20–30 с.

Таким образом, можно отметить несомненное преимущество дыхательной гимнастики перед другими оздоровительными методами: это очень простой и вместе с тем эффективный способ лечения и профилактики заболеваний, который не требует особых затрат и может использоваться людьми разного возраста.