

Консультация для родителей

Учим детей говорить правильно.

Учим детей говорить правильно.

Умение человека общаться, полноценное развитие речи является необходимым условием гармоничного развития личности. Навык выразительного общения, умение правильно, грамотно выражать свои мысли очень важны в жизни. Навыки эти закладываются в раннем детском возрасте. Поэтому чем больше внимания уделяют этому родители и воспитатели, тем легче даётся ребёнку общение с окружающими его сверстниками и взрослыми.

Ваш малыш растёт, открывает для себя мир, ищет себя в многообразии отношений, самоутверждается. И так хочется, чтобы он, делал первые шаги в своей жизни, чувствовал себя комфортно и уверенно.

Полноценное развитие личности ребёнка невозможно без воспитания у него правильной речи. Речь – одна из центральных, важнейших психических функций, «зеркало» протекания мыслительных операций, эмоциональных состояний, средство самореализации и вхождения в социум. Она имеет огромное влияние на формирование психических процессов ребёнка и на его общее развитие. Развитие мышления в значительной степени зависит от развития речи; речь лежит в основе овладения грамотой и всеми другими дисциплинами; она является основным средством общения людей между собой; речь играет большую роль в регуляции поведения и деятельности ребёнка на всех этапах его развития.

Чем богаче и правильнее у ребёнка речь, тем легче ему высказывать свои мысли, тем шире его возможности, содержательнее и полноценнее отношение со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие.

Нормативный возраст для формирования правильного звукопроизношения – от 4 до 5 лет. В этот же период возрастает речевая активность, накапливается словарь (2500-3000), удлиняются и усложняются речевые высказывания, превращаясь в рассказы, совершенствуется их грамматическое оформление, возрастает роль речи как средства регулирования поведения.

Своевременному и правильному протеканию процесса речевого развития способствуют определённые факторы.

Ваш малыш должен:

- быть психически и соматически здоровым;
- иметь нормальное зрение, слух и строение речевого аппарата;
- обладать достаточной психической активностью;
- испытывать потребность в речевом общении;
- иметь полноценное речевое окружение.

Формирование личности детей с нарушениями речи связано с характером их дефектов.

Невозможность полноценного речевого общения, бедный словарный запас, и другие нарушения отражаются на формировании самосознания самооценки ребёнка. У детей могут возникнуть замкнутость, неуверенность в себе, негативизм. В свою очередь, отклонения в развитии личности ребёнка с нарушениями речи в известной мере усугубляют речевой дефект. Такие дети, как правило, либо стараются меньше говорить, либо замыкаются совсем. В результате нарушается одна из основных функций речи – коммуникативная, что в ещё большей степени затормаживает речевое развитие. Личностные особенности детей сказываются на характере их отношений с окружающими, на понимании своего положения в обществе и выполнении своих обязанностей в нём.

Произносительные недостатки у учащихся начальных классов нередко затрудняют овладение ими правильным письмом и чтением.

Поэтому так важно заботиться о своевременном формировании речи детей, о её правильности и чистоте, предупреждая и исправляя любые отклонения от общепринятых норм родного языка. В своём развитии ребёнок проходит так называемые «критические периоды», во время которых происходит наиболее сильное развитие частей системы речи и значительно повышается риск возникновения речевых нарушений, так как нервная система в целом очень ранима. В этих случаях эти критические периоды в развитии речи будут являться предрасполагающими причинами для возникновения речевых расстройств.

Принято выделять 3 критических периода в развитии функции речи.

Первый период – возраст 1-2 лет. В это время начинают формироваться предпосылки к развитию речи. У ребёнка появляется потребность в общении. В этом возрасте наиболее интенсивно развиваются корковые речевые зоны, важным периодом формирования которых принято считать возраст от 14 до 18 месяцев. В это время любые факторы, которые неблагоприятно влияют на ребёнка, могут в дальнейшем отразиться на его речевом развитии.

Вторым критическим периодом принято считать возраст 3 года. В это время речь начинает развиваться наиболее интенсивно, от ситуации переходит в контекст. Все это требует чёткой согласованности в работе всех анализаторов и нервной системы в целом. Если возникают какие-либо заболевания, ребёнок становится нервным, капризным, упрямым. Это напрямую сказывается на его речевом развитии: могут возникнуть мутизм, заикание. Возможно отставание в речевом развитии. В результате этого ребёнок может совсем отказаться от речевого общения.

Третий критический период – 6-7 лет. В этот период ребёнок начинает овладевать письменной речью. При этом возрасте возрастает нагрузка на центральную нервную систему. Если в этом возрасте к ребёнку предъявляют завышенные требования, то у него могут возникать нервные срывы, и на этом фоне появляется заикание.

Поэтому крайне важно создать для ребёнка благоприятные условия для речевого общения, которое должно проходить на эмоциональном уровне: ребёнок должен не просто слышать звуки, ему необходимо прямое общение с взрослыми. Взрослые должны учитывать тот вид деятельности, который соответствует данному возрастному периоду.

Речь взрослого является образцом для ребёнка. Поэтому при общении с детьми взрослые должны следить за своей речью, говорить не торопясь, чётко произносить слова, соблюдая нормы литературного произношения.

Развитие речи детей младшего дошкольного возраста происходит особенно быстро: быстро как в другом возрасте, пополняется словарный запас, улучшается звуковое оформление слов, более развёрнутыми становятся фразы. Однако не все малыши имеют одинаковый уровень речевого развития: один уже к трем годам чисто и правильно произносит слова, другие говорят ещё недостаточно отчётливо, неправильно произносят отдельные звуки.

Для закрепления правильного произношения звуков, для улучшения словопроизношения, для развития слухового восприятия необходимо широко использовать дополнительный речевой материал: потешки, не большие стихотворения, считалочки и пр.. Совместное чтение потешек, стихов, задания на договаривание слов приучают детей внимательно слушать, подбирать рифмующиеся слова, чётко и достаточно громко их произносить. Развитию слухового внимания очень способствует и отгадывание загадок.

В ДООУ работа по развитию речи идёт чётко в соответствии с возрастными особенностями детей. Начиная с первой младшей группы, педагог предлагает детям небольшие загадки, построенные на звукоподражании, помогающие найти ключ к отгадке.

С четырёхлетними детьми воспитатель продолжает начатую работу в младших группах: работу по развитию слухового восприятия, совершенствованию фонематического слуха. Используя игры и упражнения, педагог продолжает учить детей внимательно слушать речь окружающих, подбирать слова, похожие по звучанию (ложка – кошка, мошка и т.д.), вычленять из ряда слов только те, в которых есть заданный звук, узнавать знакомый звук, узнавать знакомый звук в названиях игрушек, предметов или подбирать игрушки и предметы, в названиях которых есть звук и т.д.. То есть воспитатель обращает внимание детей на то, что слова состоят из звуков, что один и тот же звук может находиться (жить) в разных словах.

К моменту перехода в старшую группу дети могут произносить практически все звуки (их артикуляционный аппарат уже готов к произношению даже самых трудных звуков) это очень важно для дальнейшей работы по воспитанию звуковой культуры речи. Но педагог по-прежнему уделяет серьёзное внимание развитию фонематического аппарата детей, он учит правильного их (с-з, с-ц, ш-ж, с-ш, з-ж, ц-ч, с-щ, л-р). С этой целью с детьми ежедневно проводится артикуляционная гимнастика, а с некоторыми индивидуальная работа по устранению недостатков произношения. Для развития фонематического слуха, умение вслушиваться в звучание слов, устанавливать наличие или отсутствие того или иного звука в слове, воспитатель предлагает детям этого возраста игры направленные на подбор слов с заданными звуками, или упражнения в которых нужно видеть слова с заданными звуками из фраз, необходимых стихотворений. Предлагая такие упражнения, воспитатель подбирает практический материал с учётом постепенного его усвоения.

Воспитатель продолжает развивать у детей слуховое внимание к речи окружающих, используя более сложный материал, в котором кроме выявления несоответствий в стихотворении, предлагается проанализировать слова и определить, какой звук в них пропущен или является лишним.

Воспитатель продолжает развивать внимание к звуковой стороне слова. Он предлагает им такие задания в которых требуется установить, чем отличаются слова, близкие по звучанию: например галка – палка (замена одного звука другим), ель – щель (появление нового звука). При этом педагог следит за тем, чтобы дети чётко и правильно произносили изолированные звуки. Используя чистоговорки и скороговорки, воспитатель закрепляет правильное произношение детьми звуков, отрабатывает дикцию.

Подводя итог из всего выше сказанного, мы отмечаем, что основной целью развития речи ребёнка остаётся доведение его до нормы, определённой для каждого возрастного этапа. Развитие речи в дошкольном возрасте является процессом многоаспектным по своей природе. В процессе обучения детей языку возможно и необходимо решать задачи как умственного так и эстетического и нравственного развития. Прежде всего, развитие речи органически связано с умственным развитием. Но никогда нельзя забывать о том, чтобы процесс речевого развития ребёнка носил творческий характер.

Консультация для родителей

Польза витаминов для дошкольников

Польза витаминов для дошкольников

Витамины. Это слово знакомо каждому из нас еще с детства. Мама и бабушки, когда убеждали нас в полезности того или иного продукта, указывали на огромное содержание в нем этих самых витаминов. В нашей голове надолго отложилось: все, что полезно – обязательно витаминизировано!

Но оказывается, сами по себе витамины не несут ценности для нашего организма, ведь они не обеспечивают процессы жизнедеятельности. Тем не менее, жить без них невозможно.

Опасный дефицит

Получать витамины человек может только через пищу. Мы, в отличие от животных и растений, совсем не умеем синтезировать их самостоятельно. Поэтому любой недостаток витаминов – это, прежде всего, проблема неправильного питания. Вспомним страны третьего мира. Люди там страдают от голода, и поэтому у них распространены такие болезни как цинга, рахит, бери-бери. Эти заболевания возникают из-за нехватки в организме определенного витамина.

Витамины — ценнейшие вещества, необходимые организму человека. Все виды обмена веществ, работа нервной пищеварительной, сердечно-сосудистой систем осуществляются должным образом только при участии витаминов.

Витамины значительным образом влияют на качество обменных процессов организма, на работу пищеварительной, нервной и сердечно-сосудистой систем.

Витамин А необходим для роста и развития тканей детского организма, поддержания иммунитета, функционирования печени, восстановления слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта. Он повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, обеспечивает нормальное зрение (при его недостатке развивается «куриная слепота»). Витамина А много в печени, сливочном масле, яйцах и особенно в рыбьем жире.

В зеленых овощах (петрушке, шпинате, мангольде, ревене, укропе, мяте, салате) и фруктах содержится каротин, который в организме человека превращается в витамин А. Много каротина в моркови, крапиве, щавеле, абрикосах зеленом луке, свежих помидорах.

Витамин D особенно необходим детям до года. Он предупреждает развитие такого заболевания, как рахит, с его помощью происходит регуляция отложения кальция и фосфора в костных тканях (при недостатке витамина D нарушается их рост). Витамин D содержится преимущественно в яйцах, сливочном масле, говяжьей печени, икре и рыбьем жире. Он образуется под воздействием солнечных лучей в кожных покровах.

Витамин К необходим для нормального свертывания крови, при его недостатке развивается кровоточивость тканей. Витамин К содержится в большом количестве в цветной и белокочанной капусте (особенно в ее зеленых листьях) а также в крапиве, шпинате, моркови, помидорах молочной зрелости и свиной печени.

Витамин Е участвует в синтезе белка, обеспечении тканей кислородом. Особенно важно достаточное количество его в рационе беременных женщин. Витамин Е содержится во многих растениях, в том числе в зародышах пшеницы а также в растительных маслах.

Витамины А, D, К, Е являются жирорастворимыми, то есть лучше усваиваются в сочетании с жирами. Остальные витамины являются водорастворимыми.

Витамин В1 (тиамин) способствует укреплению нервной системы. Недостаток этого витамина в организме приводит к развитию кожных заболеваний, выпадению волос. Витамина В1 много в гречневой и овсяной крупах, фасоли, пшеничном хлебе из муки грубого помола, в яблоках, картофеле и особенно в пивных дрожжах. Из продуктов животного происхождения витамином В1 богаты: яичный желток, икра, печень, почки, сердце.

Витамин В2(рибофлавин) особенно важен для растущего организма. При недостатке витамина В2 ребенок становится капризным, у него отмечается подавленное настроение позднее появляются рецидивирующий стоматит, сухость кожи, склонность к поносам. Витамина В2 много в мясе, рыбе, молоке и молочных продуктах, яичном белке, хлебе, дрожжах. Кроме того, он синтезируется нормальной микрофлорой кишечника.

Витамин В6 (пиридоксин) поступает в организм человека с мясной, молочной пищей и синтезируется микрофлорой кишечника. В материнском молоке, в отличие от коровьего молока, содержится достаточное для грудного ребенка количество витамина В6. Витамин В6 участвует в синтезе белка,

необходим для нормального развития нервной системы работы печени.

Витамин С, или аскорбиновая кислота, содержится во многих продуктах растительного происхождения. Особенно много витамина С в черной смородине, плодах шиповника крыжовнике, апельсинах, мандаринах, грейпфрутах, цветной капусте, зеленом луке, петрушке. Аскорбиновая кислота участвует в синтезе различных веществ, необходима для функционирования иммунной системы. Потребность в витамине С особенно велика при инфекционных заболеваниях, заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Недостаток витамина С может повлечь развитие депрессии и истерии таких заболеваний, как кровоточивость десен. Витамин С разрушается, если очищенные овощи долго лежат в воде варятся в открытой посуде, пища несколько раз подогревается.

Витамин РР — никотиновая кислота. При ее недостатке нарушается деятельность центральной нервной системы (ухудшается память, мышление), желудочно-кишечного тракта, поражается кожа. Никотиновая кислота содержится в мясе, рыбе, гречневой крупе, а также в овощах, фруктах, молочных продуктах. В небольшом количестве она образуется и в организме человека.

В настоящее время известно более 20 различных витаминов. Большая часть из них не синтезируется в организме человека, они не образуют депо (то есть не накапливаются). Поэтому витамины должны ежедневно поступать в организм человека.

Дети, страдающие гиповитаминозом, быстрее утомляются во время школьных занятий, дольше выполняют домашние задания, чаще раздражаются, жалуются на то, что устали глаза.

Но восполнить необходимое количество витаминов только за счет пищи невозможно. Весной содержание витаминов в продуктах значительно уменьшается. В процессе хранения и приготовления пищи витамины в той или иной степени разрушаются. Поэтому, чтобы сохранить витаминный баланс, необходимо не только употреблять фрукты и овощи но и принимать витаминные добавки. В настоящее время они широко представлены в аптечной сети. Однако употреблять витамины, особенно детям, следует в разумных пределах.

В последние годы появились в продаже новые поливитаминные препараты — сухие быстрорастворимые концентраты и шипучие таблетки для приготовления напитков. Они лучше усваиваются организмом, чем таблетки и драже, и кроме того, отличаются приятным вкусом.

Гиповитаминоз — что это такое и с чем его едят? В весенний период времени все чаще можно услышать термин «авитаминоз». Но ошибочно называть нехватку витаминов авитаминозом. Авитаминоз — это почти полное отсутствие витамина, и в некоторых случаях — смертельное заболевание, если речь идет о таких витаминах, как В12 витамине РР(или никотинамиде), или всем известном витамине С. А авитаминоз такого витамина, как В1 влечет за собой тяжелую инвалидность. Как же тогда назвать состояние нехватки в организме тех или иных витаминов?

Для этого существует более верный и подходящий под определение термин — гиповитаминоз. Это болезненное состояние, которое возникает при нарушении соответствия между расходом витаминов и поступлением их в организм, по-другому это явление называется витаминная недостаточность. Этот недуг развивается при недостаточном поступлении витаминов в организм, и нехватка каждого витамина имеет свои индивидуальные внешние симптомы. Для того, чтобы понять, каких именно витаминов вам не хватает, будет полезным знать некоторые симптомы гиповитаминоза. Симптомы гиповитаминоза :

Витамина В12: Снижение гемоглобина(иногда развивается анемия); плохая переносимость различных лекарственных препаратов, прием которых раньше не вызывал побочных эффектов.

Гиповитаминоз РР или никотиновой кислоты: снижение массы тела; часто формируется экзема — множественные очаги нарушенной регенерации кожи.

Витамина В1: Боли в руках или ногах; сонливость, снижение памяти.

Витамина С: Снижение артериального давления; кровоточивость мелких сосудов; снижение защиты от вирусов.

Витамина В6: Сонливость; снижение скорости реакций; умеренная анемия.

Гиповитаминоз А: Шелушение кожи; формирование маленьких трещинок на слизистых и коже

(«заеды» в уголках рта); снижение иммунитета.

гиповитаминоз К: Снижение свертываемости крови, повышенная кровоточивость при повреждениях кожи.

Витамина В2: Дерматиты (воспаления кожи с шелушением) на коже лица, веках, ушных раковинах, крыльях носа.

Теперь, когда известны симптомы нехватки каждого из вышеперечисленных витаминов, важно знать, как эту нехватку ликвидировать. Существует масса мифов о содержании витаминов в тех или иных продуктах, например принято считать, что витамина С больше всего в цитрусовых. Но это отнюдь не так – рекордсменом по содержанию аскорбиновой кислоты являются фрукты мирциарии сомнительной. Итак, далее речь пойдет о содержании различных витаминов в продуктах питания:

Содержание витаминов в продуктах питания

В12: Животные продукты: яйца и мясо.

РР: Зеленые растения.

В1: Мясо, ягоды, зеленые части растений.

Витамина С: Сладкий перец, томаты, черная и красная смородина, ягоды шиповника, цитрусовые.

Витамина В6 Грецкие орехи, печень, фундук.

Витамина А: Ошибочно мнение, что витамин А содержится в больших количествах в моркови. В ней есть только бета-каротин, и расщеплять его с образованием витамина А могут только 50 % людей. Поэтому его необходимо получать в чистом виде – из сливочного масла, сметаны, печени рыб и животных, авокадо.

Витамина К: Шпинат, томаты, зеленый горошек.

В2: Печень, почки, дрожжи, сыры твердых сортов.

Консультация для родителей

«Роль семьи в воспитании дошкольника»

Семья. В ней человек начинает свою жизнь, в ней делит ее с другими людьми, в ней продолжает себя в детях. Семья может быть спасательным кругом в бушующем жизненном море и роковым подводным рифом. Семья способна украсить жизнь и искалечить её.

В семье сходятся и фокусируются все возможные эмоции, страсти, аффекты. «Мой дом – моя крепость» – в нее нелегко заглянуть, а тем более разглядеть во всех мелких подробностях и управлять ею со стороны. Но семьи вне общества нет. Мы привыкли говорить, что какова семья – таково Общество. Не менее справедливо утверждать, что каково общество – такова семья.

Мир семьи разнообразен, многолик. Он дает родителям возможность почувствовать полноту и прелести человеческой жизни, осмыслить ее, продлить своё бытие в детях.

Дети в семье – дополнение, обогащение жизни двух людей, связавших себя узами брака. Они приносят радость, заботу, расширяют любовь друг к другу, делают любовь между мужем и женой более глубокой, осмысленной, человеческой.

Несомненно, что ребёнку нужны оба родителя – любящие отец и мать. «Когда отец и мать любят друг друга, больше всего от их любви получает ребёнок» (В.И. Кочетков).

Во многих семьях время от времени трения, возникающие между супругами, способствуют появлению психологических проблем у ребёнка. Решить эти проблемы и таким образом помочь ребёнку часто просто невозможно без коррекции супружеских отношений.

Двое на жизненном пути. Но их никогда не бывает двое. Рядом родители, дети, друзья и товарищи. Все они – каждый по-своему – дороги нам, и хочется сохранить с ними близость и понимание. Это трудно. Трудно еще и потому, что за бегом дней, переполненных заботами, не успеваешь подумать о самом главном – об отношениях с теми, кого любим. И часто спохватываемся лишь тогда, когда что-то разлаживается. Мы начинаем что-то лихорадочно предпринимать, но ... поздно.

Семейные кризисы всегда производят тяжелое впечатление на детей, особенно если они скрыты от ребёнка. В реальной жизни семьи практически невозможно, чтобы конфликты или просто плохое настроение одного человека переживалось лишь им одним. Известно, что даже новорожденный, если его мать испытывает тревогу, тоже начинает нервничать. Новорожденный, не понимающий ни языка, ни значения выражения лица, тем не менее, улавливает состояние матери. Даже дошкольник, не понимая полностью сути родительских разногласий, придаёт им своеобразный смысл. Ребёнок понимает, что когда мама и папа ругаются, ему плохо, ему хочется плакать, бежать куда-то или сделать что-нибудь злое.

«Ребёнок чувствует психологический дискомфорт, но не видит, в чем его причина, не знает средств, как избежать таких негативных переживаний. В этом смысле дети слепы и безоружны. При этом они чрезвычайно чутки к изменению эмоциональной атмосферы в семье и склонны её изменения связывать с собственным поведением».

Как правило, родители исходят из своих собственных переживаний, не учитывая переживания ребёнка, не понимают, что они оказывают негативное влияние на дальнейшее его развитие. К сожалению, не существует универсальной «технологии» воспитания детей, и мы не можем получить Совета на все случаи жизни даже от человека; обладающего полным научным знанием о семье. Родители, заботясь о будущем своих детей, хотят, чтобы они были носителями всего наилучшего, видят их имеющими всё то, что в них самих есть хорошего, и без их недостатков. Такое желание понятно и естественно, однако оно часто приводит к нереальным, завышенным требованиям по отношению к детям и самим родителям как воспитателям.

Очень важным для детей является воспитание чувства ответственности и самостоятельности. Если заласканного мальчика не увлечь каким-то мужским делом (видом спорта), он не сможет в дальнейшем стать авторитарным человеком в мужском коллективе.

Сыновьям властных матерей – семейных лидеров – грозит такая же беда! В их сознании закрепляется образ отца, как мужчины, играющего подчиненную, пассивную роль. В дальнейшем это также скажется на формировании мужских черт характера, линии поведения. Известно, что мальчики, родители которых полностью блокируют упрямство и негативизм ребёнка трёх – четырёх лет, то есть блокируют проявление формирующегося «Я», в дальнейшем оказываются женственно мягкими, зависимыми.

Мальчики лишённые достаточного общения с отцом, став взрослым, и, как правило, испытывают затруднения в исполнении отцовских обязанностей. Воспитываясь без отца, они могут усвоить женский тип поведения, но за норму мужского поведения принимают грубость, агрессивность, жестокость. Словом то, с чем нередко встречаются на улице и, как ни печально в кино. У таких детей труднее развить способность к сочувствию, сопереживанию, а также умение владеть собой, управлять своим поведением.

Перед ребенком, будь то мальчик или девочка, всегда должен быть положительный пример для подражания. Прекрасно, когда у ребёнка есть свои планы и намерения, свои интересы. Ребенок имеет право быть любимым родителями таким, каков он есть!

Конечно, проявления родительской любви к детям разнообразны и многолики. Однако не всегда

хорошие намерения достигают адресата – ребёнка. Дело в том, что он не умеет читать мысли и чувства родителей, а то, что они делают, далеко не всегда воспринимается им как проявление любви. Родительская забота иногда для ребенка имеет назойливый привкус, выглядит вмешательством в его дела. Чувствуя ущемленную свободу действия и выбора, он вместо благодарности испытывает раздражение. Случай, когда родители проводят много времени со своими детьми, вовсе не означает, что дети воспринимают это как выражение теплых чувств. Не количество, а качество вместе проведенного времени имеет решающее значение.

То есть «появляющийся на свет человеческий индивид имеет от природы достаточный диапазон задатков и возможностей, чтобы стать личностью, приобрести определенную социальную ценность. Однако в действительности, как мы знаем, это происходит далеко не всегда одинаково успешно. Возможно, одна из причин состоит в том, что первоначальная жизненная школа, условия, в которых начинается освоение мира и поиск своего места в нем, столь неоднозначны».

Обобщая всё сказанное выше, касаясь тех проблем, о которых говорилось, неизменной остается мысль, что родительская любовь как чувство не должна быть самоцелью, самоценностью. Она имеет мало смысла, если не воспринимается детьми. И если взрослый вдруг захочет понять другого, ему непременно придется повернуть глаза и уши на него, настроить свой ум и чувства на его мысли и желания.

Мать и отец должны хорошо понимать, что их дитя – это что-то особое, своеобразное, возможно, очень похожее на них, однако иное существо. Родительская любовь – одна из самых больших человеческих ценностей. Правильная, разумная любовь матери и отца помогают ребенку раскрыть свои способности, найти свое место в обществе, стать личностью.

