

Переутомление у детей.

Сначала ребенок устает, потом утомляется (проявляются вышеописанные признаки), а затем следует переутомление - болезненное состояние, требующее медицинской помощи, могущее привести к проблемам развития (страхи, нервность, болезненность, тревожность, стойкое нарушение аппетита и т.д.).

Особое внимание нужно уделять детям, которые начали посещать детский сад, у которых резко изменилась жизнь (переезд на новое место, появление нового члена семьи и т.д.). Длительность привыкания (адаптации) к новым условиям и появление утомления зависит от многих причин:

- * От возраста. Чем младше ребенок, тем сложнее ему привыкнуть к изменившейся ситуации, тем быстрее он устает.
- * От темперамента. Дети-меланхолики и дети-холерики устают быстро, а дети-флегматики дольше адаптируются к новым условиям.
- * От состояния здоровья. Физически слабый, легко возбудимый ребенок утомляется быстрее; это же относится и к детям, недавно переболевшим или начинающим заболевать.
- * От наличия или отсутствия опыта пребывания в различных условиях (как часто общается со сверстниками, ездит в гости к бабушке, к знакомым, находится в общественных местах: цирк, театр, магазин и т.д.).
- * От контраста между обстановкой дома и в детском саду (другой режим, требования, питание). Чем больше отличий, тем труднее привыкать ребенку.
- * От разницы отношений взрослых дома и в детском саду. Если дома ребенку все разрешается, его всегда выслушивают, уговаривают, а в детском саду воспитатель строгий, требовательный, может и прикрикнуть, и наказать, то проблемы с адаптацией неизбежны.
- * От умения окружающих (родителей, педагогов) вовремя объяснить, подбодрить, похвалить, успокоить.



ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- ОДЕВАТЬ ДЕТЕЙ ПО СЕЗОНУ И В СООТВЕТСТВИИ С ПОГОДОЙ. ЧРЕЗМЕРНОЕ УКУТЫВАНИЕ ИЛИ НЕДОСТАТОЧНО ТЁПЛАЯ ОДЕЖДА МОГУТ ПРИВЕСТИ К ЗАБОЛЕВАНИЮ РЕБЁНКА!
- НЕ ПРИВОДИТЬ БОЛЬНОГО РЕБЁНКА В ДЕТСКИЙ САД И СРАЗУ СООБЩИТЬ О БОЛЕЗНИ ПО ТЕЛЕФОНУ
- ПРЕДЪЯВЛЯТЬ МЕДИЦИНСКУЮ СПРАВКУ С РАЗРЕШЕНИЕМ НА ПОСЕЩЕНИЕ ДЕТСКОГО САДА. ВЫ ОБЯЗАНЫ ПРИВЕСТИ ЗДОРОВОГО РЕБЁНКА!
- СВОЕВРЕМЕННО СООБЩАТЬ О ПРИЧИНАХ НЕПОСЕЩЕНИЯ РЕБЁНКОМ ДЕТСКОГО САДА. ЕСЛИ РЕБЁНОК НЕ ПОСЕЩАЕТ ДЕТСКИЙ САД ТРИ ДНЯ И БОЛЕЕ, ТО ОН ПРИНИМАЕТСЯ В ГРУППУ ТОЛЬКО С МЕДИЦИНСКОЙ СПРАВКОЙ.
- ВНОСИТЬ ПЛАТУ ЗА СОДЕРЖАНИЕ РЕБЁНКА В ДЕТСКИЙ САД



Правила поведения за столом

Многие заболевания у детей раннего возраста вызваны бактериями и вирусами, попадающими с пищей, водой или с грязных рук. Обучение детей простым гигиеническим навыкам уменьшит заболеваемость. Многие заболевания можно предупредить, если соблюдать санитарно-гигиенические правила и нормы личной гигиены.



Кушать следует аккуратно, мелкими кусочками, не набивая рот под завязку, чтобы потом невозможно было прожевать. Пищу надо пережевывать медленно и тщательно, не чавкая и не разбрызгивая еду. Объясните, что разговаривать с полным ртом некрасиво и неудобно, сначала стоит пищу прожевать и проглотить, а уже потом разговаривать. Но все же, не стоит злоупотреблять разговорами за едой. Напомните, что за стол садятся в первую очередь для принятия пищи, а не для развлечений.

Нельзя баловаться за столом - это диктуется элементарными правилами безопасности. Нельзя сидя за столом, играть со скатертью и раскачиваться на стуле. Это чревато разбиванием посуды, и естественно травмами и ушибами. К тому же ребенок может ошпариться горячими напитками (чай, кофе). Для игр существуют игровые комнаты.



СИСТЕМА УПРАЖНЕНИЙ И ПРОБЛЕМНЫХ СИТУАЦИЙ

1. «Как и почему вода льется?» (Вода льется из разных сосудов по-разному: из широкого – большим потоком, из узкого – тоненькой струйкой; от воды летят брызги; вода принимает форму того сосуда, в который налита; если воду лишь переливать из одного сосуда в другой, ее останется столько же; воды станет меньше, если ее отлить).
2. «Можно ли удариться о воду? Как из воды сделать значок?» (Вода может быть в виде жидкости, пара, льда; для этого необходима определенная температура. Использовать лист бумаги).
3. «Почему стучит крышка у чайника?», «Как увидеть пар?» (Вода испаряется и ее становится меньше).
4. «Почему идет дождь?» «Почему идет снег?» (Конденсация пара на крышке чайника, на блюде, если накрыть блюдцем чашку).
5. «Можно ли унести воду в решете?» (Различные материалы пропускают воду, фильтрация с использованием различных материалов и веществ).
6. «Измеряем воду» (Вода в различных емкостях: литр и килограмм. Молочные бутылки емкостью 0,5 л); «Поровну ли в емкостях воды, как это проверить? Как узнать, сколько воды в непрозрачном сосуде?»
7. «Помоги умыть Хрюшу» (Вода, ее взаимодействие с другими материалами, веществами: солью, сахаром, гуашью, масляной краской, глиной, содой, мукой, речным песком, землей, стеклом, резиной).
8. «Бывает ли жидкий камень?» (Парафин, пластилин, лед, железо, стекло, олово).
9. «Зачем нужен нос?» (Воздух и запах).
10. «Как увидеть воздух», «Откуда дует ветер?» (Флюгер).

***Предлагаем вам несколько рекомендаций,
которые помогут заложить фундамент красивой
и грамотной речи вашего ребёнка:***

- ✓ Разговаривая с ребенком, постоянно обращайте внимание на собственную речь: она должна быть четкой, внятной.
- ✓ Не говорите с ребенком громко, не говорите быстро.
- ✓ В процессе занятий у ребенка растет активный словарь (слова, которые он употребляет в речи), нормализуется грамматический строй речи, произношение. Начинайте заниматься дома с самого знакомого, затем переходите к более сложным упражнениям.
- ✓ Начиная занятие, сами проявите заинтересованность. Создайте положительный эмоциональный настрой и спокойную обстановку.
- ✓ Занятия проводите не от случая к случаю, а достаточно регулярно.
- ✓ Не занимайтесь долго. Когда вы почувствуете, что ребенок стал менее внимательным, прекратите занятие или перейдите к другому материалу. Однако в следующий раз вернитесь к упражнению, на котором остановились. Проверьте, хорошо ли помнит ребенок уже знакомый материал. Время от времени повторяйте пройденные темы.
- ✓ Не забывайте похвалить ребенка.
- ✓ Чаще задавайте вопрос «Почему?»
- ✓ Не раздражайтесь если ребенок, не понял вас с первого раза. Помогите наводящими вопросами.

Уважаемые родители!

Помните, что, расширяя круг представлений ребенка об окружающих предметах и явлениях, знакомя его с художественными произведениями, беседуя на различные бытовые темы, близкие и доступные пониманию малыша, вы способствуете быстрейшему овладению правильной речью. Успехов вам!!!



Консультация

для родителей

“Летний отдых детей”



ОСТОРОЖНО: ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР!

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями.

И это понятно.

В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма.

Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела.

Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере.

При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге.

Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей.

Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма световоздушных ванн.

