**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 33»**



**Тема номера:**

**«В здоровой семье - здоровые дети»**

**В этом номере:**

* ***«В здоровой семье-здоровые дети»;***
* ***«Польза утренней гимнастики»;***
* ***«Закаливание, как мощное оздоровительное средство»;***
* ***Рубрика «Шпаргалки для родителей» - «Памятка по формированию ЗОЖ».***
* ***Рубрика «Заметки уполномоченного» - «Инклюзия в ДОУ»*** ;
* ***Рубрика «Музыкальный калейдоскоп» - «Музыка – слушать или нет»;***
* ***Рубрика «Советы логопеда» - «Игры для расширения словарного запаса ребёнка».***

**«В здоровой семье – здоровые дети»**

***«Если хочешь воспитать своего ребёнка здоровым,***

***сам иди по пути здоровья, иначе его некуда будет вести!»***

 ***В.А. Сухомлинский***

 Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Как прописано в Законе РФ «Об образовании» п. 1 ст. 18 «Родители являются первыми педагогами, они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка в младенческом возрасте». Фундамент здоровья закладывается в детстве: происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

 К сожалению, среди потребностей человека, здоровье не стоит на первом месте. Поэтому многие родители не могут служить для ребёнка положительным примером здорового образа жизни, так как часто злоупотребляют курением и алкоголем, предпочитают проводить достаточное количество времени за просмотром телепередач, в итоге времени для занятий физкультурой, закаливанием, прогулкам на свежем воздухе не хватает.

 По исследованиям учёных здоровье человека на 50% - состоит из образа жизни, 20% - наследственность, 20% - окружающая среда и только 10% - здравоохранение. **Вряд ли можно найти родителей, которые не хотят, чтобы их дети росли здоровыми, а ведь для этого не так много и надо:**

- *спокойный психологический климат*: перебранки в присутствии ребёнка способствуют возникновению невроза, усугубляющий нервную систему;

- *правильно организованный режим дня*, который оптимально сочетает периоды бодрствования и сна детей в течении суток, удовлетворяет их потребности в пище, в деятельности, отдыхе, двигательной активности… Кроме того, режим дисциплинирует детей, способствует формированию многих полезных навыков, приучает к определённому ритму.

 **Основными компонентами режима дня являются прогулка и сон.** Пребывание на свежем воздухе способствует повышению сопротивляемости организма к болезням. После активной прогулки у ребёнка всегда нормализуется аппетит и сон.

- *правильное питание,* здесь очень важно соблюдать определённые интервалы между приёмами пищи. Основные ошибки в нашем питании это то, что мы едим много жирной пищи, добавляя различные приправы в виде глютамата.

- *занятие физкультурой, закаливанием.* Для укрепления здоровья и нормализации веса эффективны ходьба и бег.

 Они обладают выраженным тренирующим эффектом и способствуют закаливанию организма. При закаливании одновременно происходит и повышение иммунитета за счёт увеличения выработки в организме интерферона и других защитных факторов. Поэтому было бы здорово, если закаливание стало общим семейным делом. К закаливанию относят: воздушные ванны, водные ножные ванны, полоскание горла, контрастное воздушное закаливание, хождение босиком, контрастный душ.

 **Если мы хотим видеть своего ребёнка здоровым – надо ежедневно проводить закаливающие процедуры.**

- *отсутствие вредных привычек.* Удар по здоровью ребёнка наносят вредные наклонности родителей. Помните, что дети всегда, даже подсознательно, стараются копировать родителей, и, если ваш образ жизни трудно назвать здоровым, никакие запреты не заставят ваше чадо отказаться от вредных привычек!

 **Хорошее здоровье** – один из главных источников счастья и радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять.

**Ребёнок счастлив и весел только тогда, когда у него здоровая семья.**

**Здоровая семья – это небосвод, на котором всегда светит солнце, взаимопонимание, уважение, любовь, дружба.**

**«Польза утренней гимнастики»**

Много всего сказано в пользу утренней зарядки. Она рекомендована всем, независимо от возраста человека и других физических нагрузок. И уж тем более она полезна самым маленьким.

Приучая детей с малых лет выполнять утренние упражнения, родители на все будущие годы закладываете фундамент, вырабатывая привычку делать утреннюю зарядку. И, разумеется, вместе с ними занимаются сами.

**Что дает зарядка?**

Малыш просыпается с помощью утренней гимнастики, получает заряд бодрости на целый день, у него укрепляются мышцы, суставы и связки, позвоночник и иммунная система, улучшается аппетит, сон, ускоряется кровообращение, совершенствуются нервные процессы, ускоряется рост, способствует умственному развитию. Гимнастика нацелена на то, чтобы переход между сном и бодрствованием сделать мягким и гармоничным.

 *Родителям необходимо проконсультироваться с педиатром о возможных противопоказаниях или подборе упражнений.* А в целом зарядка для детей – необходимое условие для гармоничного развития ребенка.

*Вводить зарядку в распорядок дня можно с двухлетнего возраста.* Выполнять упражнения следует каждое утро (не считая периоды болезни малыша) всегда в одно время: после сна, натощак, в проветренном помещении.

 *Одежда ребенка не должна сковывать его движений,* а лучше и вовсе проводить зарядку в трусиках и босиком. В детской зарядке не должны использоваться гантели и другие утяжелители. Нельзя перенапрягать малыша. Зарядка должна продолжаться от 5 до15 минут, и нужно строго следить за его осанкой, правильным исполнением упражнений и дыханием.

Так как объяснить маленькому ребенку, что зарядка очень полезна для его организма, пока невозможно, лучшей мотивацией малыша к зарядке является личный пример. Детям свойственно повторять все за взрослыми, и если ребенок увидит, с каким удовольствием родители делают зарядку, он обязательно присоединится к ним. Проводить зарядку лучше под любимую музыку ребенка, и сделать упражнения своеобразным ритуалом – пусть это будет игра. Тогда утренняя зарядка станет малышу в радость.

Хотелось бы отметить, что ребенку нужно правильно дышать через нос. Чтобы лучше это контролировать, следует включать упражнения со звуками на выдохе («с-с-с»; «ш-ш-ш»).

 Нужно контролировать безопасность ребенка, но не подавлять при этом его активность. Сравнивать достижения ребенка нужно только с его личными прошлыми результатами. Чаще следует хвалить его за успехи и вселять уверенность.

**Зарядка должна быть:**

* Постепенной. От простого упражнения к сложному. Нагрузка увеличивается и снижается так же постепенно, чтобы привести организм в относительно спокойное состояние.
* Разнообразной. Примерно каждые 10 дней следует заменять 1-2 упражнения, чтобы поддерживать интерес ребенка. Включать в зарядку разнообразные предметы: мячи, скакалки, флажки, любимые игрушки. Придумывать названия для упражнений («самолетик», «петушок», «зайчик», «ракета»).
* Регулярной. Оздоровительный эффект достигается только с помощью систематического выполнения. Ежедневно тренируя крупные группы мышц, мы активизируем обменные процессы, создаем благоприятные условия для питания всех клеток и тканей организма. Надо стараться как можно раньше воспитывать у ребенка привычку делать каждый день зарядку.
* Умеренной. Все упражнения желательно выполнять в умеренном темпе во избежание переутомление ребенка
* Доступной. Упражнения должны быть простыми и знакомыми, чтобы детям не пришлось затрачивать много усилий для их освоения.

**Зарядку для детей, как и для взрослых, следует начинать с проведения разминки.** Она может состоять из таких упражнений, как потягивания в сторону и вверх. Они помогают пробудиться и растянуть позвоночник.

 **Следующая стадия зарядки – разогрев,** например, ходьба на месте или по периметру комнаты. Также сюда можно добавить ходьбу на носочках, пятках, внешней и внутренней стороне стопы. Это предотвратит появление плоскостопия и сформирует нормальное развитие ножных мышц.

**Главная часть зарядки должна состоять из упражнений, выполняемых с нарастающей интенсивностью, которые укрепляют мышцы, суставы и сухожилия.** В их число входят приседания, укрепляющие мышцы ног и спины, наклоны вперед/назад, укрепляющие мышцы спины и брюшного пресса, наклоны в стороны, способствующие укреплению боковых мышц туловища, махи руками и ногами, придающие суставам эластичность, а также отжимания, развивающие плечевой пояс и спину.

**Заключительным этапом зарядки должна быть ходьба на месте, сопровождающаяся подниманием и опусканием обеих рук через стороны.** Это успокоит сердцебиение и нормализует дыхание.

**«Закаливание, как мощное оздоровительное средство»**

 Самый драгоценный дар, который человек получает от природы, - здоровье. Недаром в народе говорят: "Здоровому все здорово"! Об этой простой и мудрой истине следует помнить всегда, ведь какой бы совершенной ни была медицина, она не может избавить каждого от всех болезней. Давно известно, что здоровье человека на 10-20% зависит от наследственности, 10- 20% - от состояния окружающей среды, 8-12% - от уровня здравоохранения и 50-70% - от образа жизни.

**Здоровый образ жизни** - это рациональное питание, занятие спортом, закаливание. Человек сам творец своего здоровья!

**Закаливание** - мощное оздоровительное средство. С его помощью можно избежать многих болезней, продлить жизнь и на долгие годы сохранить трудоспособность, умение радоваться жизни. Особенно велика роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. В 2-4 раза снижают их число закаливающие процедуры, а в отдельных случаях помогают вовсе избавиться от простуд. Закаливание оказывает общеукрепляющее действие на организм, повышает тонус центральной нервной системы, улучшает кровообращение, нормализует обмен веществ.

Систематическое закаливание укрепляет не только нервную систему, тренирует безболезненное восприятие организмом к переменам холода и тепла, но и укрепляет сердце, легкие, улучшает обмен веществ, то есть улучшает работу всех органов и систем.

**Какие же существуют формы закаливания?**

* Закаливание воздухом;
* Прогулка в любую погоду в соответствующей одежде;
* Сон на воздухе;
* Специальные воздушные ванны;
* Хождение босиком;
* Суховоздушная баня (сауна);
* Закаливание водой;
* Умывание и другие гигиенические процедуры;
* Влажное обтирание;
* Обливание ног;
* Душ, общее обливание;
* Купание в водоеме;
* Полоскание горла;
* Закаливание солнцем;
* Световоздушные ванны;
* Солнечные ванны;
* Отдых в тени.

**Необходимо знать, что есть перечень противопоказаний для проведения закаливающих процедур:**

* Негативное отношение и страх ребенка
* Срок менее пяти дней после выздоровления от острых заболеваний или профилактической прививки
* Срок менее двух недель после обострения хронического заболевания
* Карантин в детском саду или в семье
* Высокая температура в вечерние часы
* Для детей дошкольного возраста моржевание, погружение в ванну с ледяной водой или общее обливание ледяной водой не рекомендуются!
* Для того чтобы закаливающие процедуры дали результат, нужно соблюдать определенные правила закаливания:
* Закаливание должно проводится систематически, ежедневно;
* Постепенно переходить от слабых к более сильным раздражителям;
* Учитывать индивидуальные особенности организма ребенка;
* Обязателен положительный настрой малыша к закаливающим процедурам;
* Перед началом закаливания следует посоветоваться с врачом.

**Принципы закаливания**

Чтобы получить положительные результаты от применения закаливающих процедур, необходимо соблюдать основные принципы:

1. ***Постепенность*** увеличения дозировки раздражителя. Постепенность заключается прежде всего в том, что первые закаливающие процедуры должны как по своей силе, так и по длительности вызывать минимальные изменения в организме, и лишь по мере привыкания к данному раздражителю их можно осторожно усиливать.

2. ***Последовательность*** применения закаливающих процедур. К водным процедурам и солнечным ваннам можно переходить после того, как ребенок привык к воздушным ваннам, вызывающим меньшие изменения в организме; к обливанию не допускать детей прежде, чем они не привыкли к обтиранию, а к купанию в открытых водоемах — раньше, чем с ними не проведены обливания.

3. ***Систематичность*** начатых процедур. Нельзя прерывать закаливающие процедуры без серьезных к тому оснований, так как при этом исчезают те приспособительные изменения, или «механизмы», которые вырабатываются в организме в процессе закаливания, и тем самым чувствительность его к внешнему раздражителю снова повышается.

4. ***Комплексность***. Специальные закаливающие процедуры не дают нужных результатов, если они не сочетаются с мероприятиями в повседневной жизни ребенка, направленными на укрепление его организма (прогулки на свежем воздухе, утренняя гимнастика, регулярное проветривание помещений и т. д., и если они не проводятся комплексно.

5. ***Учет индивидуальных особенностей ребенка.*** Прежде чем начать закаливание, необходимо тщательно изучить физическое и психическое развитие каждого ребенка.

6. ***Активное и положительное отношение детей к закаливающим процедурам***. Результаты закаливания во многом зависят от того, как относятся к нему дети.. Важно так продумать и организовать проведение процедур, чтобы они вызывали у детей положительные эмоции.

**Хороший сон, нормальный аппетит, бодрое настроение детей, а в дальнейшем улучшение их физического развития и здоровья будут свидетельствовать о положительном действии закаливающих процедур.**

****

***Автор-воспитатель***

***Абрамова М.В.***

**«Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни»**

* С раннего детства воспитывайте у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!
* Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!
* Участвуйте в спортивных мероприятиях ДОУ, это способствует вашему авторитету в глазах своего ребенка!
* Воспитывайте в своих детях уважение к людям, занимающимся спортом!
* Рассказывайте о своих спортивных достижениях в детстве и юности!
* Дарите своим детям спортивный инвентарь и снаряжение!
* Демонстрируйте свой пример занятий физкультурой и спортом!
* Совершайте со своим ребенком прогулки на свежем воздухе всей семьей, походы и экскурсии!
* Радуйтесь успехам в спорте своего ребенка и его друзей!
* На самом видном месте в доме помещайте награды за спортивные достижения своего ребенка!
* Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!

***Автор-воспитатель***

***Каракозова М.Н.***

**«Инклюзия в дошкольном образовательном учреждении»**

 Все чаще в настоящее время в образовательных учреждениях мы слышим иностранное слово инклюзия. Что же это такое? И как оно связано с современным образованием? В этой статье узнаем что означает инклюзия и «с чем ее едят».

**Инклюзия** в переводе с англ. языка inclusive – означает «включенность». Инклюзивное образование в нашу жизнь вошло, когда встала проблема социализации детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Такой ребенок – особенный, но это не значит, что он должен быть исключен из общего образовательного процессе, что он должен быть отдельно от всех, один.

**Инклюзия** – это и есть включенность детей с ОВЗ в процесс образования и воспитания, обеспечение полного вовлечения ребенка с ОВЗ и его родителей в совместную деятельность.

**Инклюзия** – это не просто помещение ребенка в обычную группу, если речь идет о детском саде, или в обычный класс, это изменение вообще всего пространства учреждения. Это нужно для того, чтобы полностью вовлечь ребенка с ОВЗ в социум, чтобы он чувствовал себя комфортно в предлагаемых условиях. Основной целью инклюзивного образования именно в детском саду является обеспечение условий для совместного воспитания и образования детей с особенностями развития.

**Инклюзивное образование** подразумевает под собой создание безбарьерной среды, когда ребенок с ОВЗ получает гармоничное всестороннее развитие личности. В результате общения «обычных» детей и детей с ОВЗ воспитывается толерантное отношение друг к другу, участие всего детского коллектива в жизни ДОУ, несмотря на диагнозы и возможности. Решаются такие задачи, как развитие коммуникативных навыков всей семьи ребенка; преодоление инвалидизации и искусственной изоляции семьи ребенка с ОВЗ. Ребенок, участвуя в жизни группы детского сада, живя на равных условиях со всеми, начинает чувствовать себя нужным в детском коллективе, что способствует формированию адекватной самооценки, коммуникации со своими сверстниками, с взрослыми участниками образовательного процесса.

**Дошкольный возраст** – важнейший период становления личности, в связи с этим задачами дошкольного образования является не только формирование определенной суммы знаний, но прежде всего развитие базовых способностей личности, ее социальных и культурных навыков, здорового образа жизни. Эти задачи должны быть реализованы для всех детей без исключений.



***Автор-музыкальный руководитель***

***Деришева Л.Н.***

**«Дети и музыка: слушать или нет?»**

Сегодня мы попробуем разобраться и ответить на крайне непростой, а порою и просто противоречивый вопрос - нужно ли слушать детям музыку, а если нужно, то какую?

Каждый человек понимает, что музыка играет в нашей жизни очень немалую роль. Она помогает человеку и в работе, и в отдыхе, музыка способствует как релаксации, так и стимулирует активную деятельность.

Основными музыкальными характеристиками являются мелодичность и тембр, а также темп и громкость звучания.

Каждая нота имеет свой частотный диапазон. Каждая мелодия, каждая песня - это последовательность звуков определенной частоты. Именно сочетание (набор) определенных частот способен влиять на человеческую психику совершенно по-разному.

Музыка способна вызывать у человека те или иные психические переживания и эмоции. Современная музыка к тому же использует очень большой набор музыкальный инструментов, которые влияют на восприятие человеком музыкального произведения.

**Какой должна быть детская музыка?**

Теперь мы и подошли непосредственно к вопросу влияния музыки на детей - на воспитание их духовных качеств посредством влияния музыки на детскую психику. Музыка давно проникла во все сферы воспитания и развития детей, а соответственно роль ее трудно переоценить.

Мультфильмы, детское кино, детские театральные спектакли и представления, детские песни - все это просто немыслимо без музыки. Но музыка как любой другой продукт, учитывая ее разнообразие, не может быть одинаково полезна маленькому человечку. И тут возникает справедливый вопрос - какую же музыку детям слушать необходимо, а какая музыка способна навредить? Да, это не ошибка! К сожалению, музыка может навредить! И только вы можете помочь вашему ребенку избежать этого!

**Как знакомить детей с музыкой?**

Есть несколько простых правил, следуя которым вы обязательно избежите проблем, а соответственно ваш малыш будет в полном порядке.

1. Ставьте детям как можно чаще классическую музыку. Многочисленные эксперименты показали, что под музыку таких композиторов как Моцарт, Вивальди, Бетховен дети успокаиваются, хорошо засыпают!

2. Отбирайте музыкальные произведения с мелодичным и легким звучанием, без ярко выраженных ударных партий, так как они способны зомбирующе действовать на психику.

3. Минимум низких частот. Соблюдайте это правило, так как, давно известно, что низкочастотные звуки способны влиять на психическое состояние человека не самым лучшим образом, тем более на психику ребенка.

4. Не включайте музыку громко! Если пренебречь этим правилом, ребенок может стать нервным, будет плохо спать, капризничать, ухудшится аппетит. Громкий звук травмирует нежную детскую нервную систему, а это может иметь крайне печальные последствия в будущем.

5. Ни в коем случае не позволяйте ребенку слушать музыку в наушниках! Слуховой аппарат устроен таким образом, что громкий звук наушников воздействует непосредственно на мозг человека, вызывая микросострясения. "Звуковой шок" может иметь неприятные последствия даже для взрослого человека, а для ребенка тем более!

6. Не ставьте детям тяжелый рок и его разновидности, рейв, транс и клубную музыку - именно она способна нанести непоправимый урон детской психике!!!

7. Как можно чаще ставьте детям детские песни, пойте их вместе с ними.

8. При подборе музыкальный произведения для детей нужно учитывать время суток, когда ребенок будет слушать музыку. Если с утра можно ставить детские песни более зажигательные, бодрые и быстрые, то к вечеру настоятельно рекомендуем прослушивать медленные детские песенки и мелодии, постепенно переходя к колыбельным.

9. Прослушивание музыки у детей до 3-х лет должно занимать не более часа в сутки. После 3-х лет, можно постепенно увеличивать время прослушивания музыкальный произведений. Не забывайте ставить музыку, когда делаете с детьми зарядку или занимаетесь с ними физическими упражнениями.

10. Ходите с детьми на детские спектакли, в цирк, смотрите мультфильмы и детские фильмы, разучивайте и пойте с ними детские песни.

**

***Автор-учитель-логопед***

***Соколова Е.Е.***

**«Игры для расширения словарного запаса»**

Эти словесные игры не занимают дополнительного времени, в них можно играть по дороге в садик, в очереди, на прогулке. Как только заметили, что внимание малыша стало переключаться на посторонние объекты, игра прекращается.

1. **Поводырь**. На прогулке мама закрывает глаза, и ребенок ей описывает, что их окружает.

2. **Описание объекта.** Малышу предлагается обрисовать предмет, используя как можно больше неповторяющихся слов.

Когда вы вместе с ребенком рассматриваете какой-то предмет, задавайте ему самые разнообразные вопросы: "Какой он величины? Какого цвета? Из чего сделан? Для чего нужен?" Можно просто спросить: "Какой он?" Так вы побуждаете называть самые разные признаки предметов, помогаете развитию связной речи.

3. **За кем последнее слово.** По очереди описываете объект, за кем останется последнее слово, тот и выиграл.

4. **Ищем детали.** Можно вводить в словарь ребенка названия не только предметов, но и их деталей и частей. "Вот автомобиль, а что у него есть?" - "Руль, сиденья, дверцы, колеса, мотор..." - "А что есть у дерева?" - "Корень, ствол, ветки, листья..."

5. **Описываем свойства предметов.** Названия свойств предметов закрепляются и в словесных играх.

Спросите у ребенка: "Что бывает высоким?" - "Дом, дерево, человек..." - "А что выше - дерево или человек? Может ли человек быть выше дерева? Когда?" Или: "Что бывает широким?" - "Река, улица, лента..." - "А что шире - ручеек или река?" Так дети учатся сравнивать, обобщать, начинают понимать значение отвлеченных слов "высота", "ширина" и др. Можно использовать для игры и другие вопросы, которые помогают освоить свойства предметов: что бывает белым? Пушистым? Холодным? Твердым? Гладким? Круглым?..

6. **Придумываем историю.** Мама начинает рассказывать историю, когда она делает паузу, ребенок вставляет нужное по смыслу слово.

7. **Что может быть?** Взрослый называет прилагательное, а малыш к нему - существительные. Например, «Черное». Что может быть черным? Ребенок перечисляет: земля, дерево, портфель, краски… Затем игра наоборот. Называется предмет, и к нему подбираются прилагательные. «Мяч, какой?» Круглый, резиновый, красно-синий, новый, большой…

8. **Стань писателем.** Предлагается 5-7 слов и из них нужно составить рассказ. Если малышу сложно «со слуха» запомнить слова, то можно предложить картинки. Сначала это может быть такой набор: лыжи, мальчик, снеговик, собака, елка. Затем задание усложняется: мишка, ракета, дверь, цветок, радуга.

9. **Найти повтор.** Мама произносит стилистическую неправильную фразу, а малыш пытается найти тавтологию и исправить ее. Например, «Папа посолил суп солью. Маша одевала одежду на куклу».

10. **Игра в антонимы,** в слова противоположные по значению. Взрослый называет слово, ребенок подбирает слово антипод. «Горячее-холодное, зима-лето, большой - маленький».

11. **Игра в синонимы.** Например, синоним к слову «палка» - трость, клюка, костыль, посох.

12. **Игра «Добавь слово».** Цель: подбирать глаголы, обозначающие окончание действия. Взрослый называет начало действия, а ребенок - его продолжение и окончание:

- Оля проснулась и... (стала умываться).

- Коля оделся и... (побежал гулять).

- он замерз и... (пошел домой).

- стали они играть... (с зайчиком).

- зайчик испугался и... (побежал, спрятался)

- девочка обиделась и... (ушла, заплакала).

13. **Что увидел?** Обратите внимание ребенка на проплывающие облака. Что напоминают воздушно-небесные корабли? На что похожа эта крона дерева? А эти горы? А этот человек, с каким животным ассоциируется?

14. **Бюро путешествий.** Каждый день вы с ребенком отправляетесь по обычному маршруту – на прогулку, в магазин или детский сад. А что, если попробовать разнообразить свои будни? Представьте, что вы отбываете в увлекательное путешествие. Обсудите вместе с малышом, на каком виде транспорта будете путешествовать, что нужно взять с собой, что за опасности вы встретите по дороге, какие достопримечательности увидите... Путешествуя, делитесь впечатлениями.

15. **Всегда под рукой.** Всем родителям знакомы ситуации, когда ребенка трудно чем-то занять, - например, долгое ожидание в очереди или утомительная поездка в транспорте. Все, что нужно в таких случаях, - чтобы в маминой сумочке нашлась пара фломастеров или хотя бы просто ручка. Нарисуйте на пальчиках малыша рожицы: одна - улыбающаяся, другая - печальная, третья - удивляющаяся. Пусть на одной руке окажется два персонажа, а на другой, допустим, три. Малыш может дать персонажам имена, познакомить их между собой, спеть песенку или разыграть с ними сценку.

16. **Логическая цепочка.** Из произвольно подобранных карточек, выложенных в линию нужно составить связанный рассказ. Затем задание усложняется. Карточки переворачиваются, и малыш вспоминает последовательную цепочку разложенных картинок и называет их в том порядке, в котором они лежали. Количество используемых в игре карточек зависит от возраста ребенка, чем старше – тем картинок больше. Несмотря на кажущуюся сложность игры, детям этот вид развлечения нравится. Они начинают соревноваться, кто больше запомнит картинок.

17. **Истории из жизни.** Дети с удовольствием слушают рассказы о том, что происходило, когда они были совсем маленькими или когда их вовсе не было на свете. Можно рассказывать эти истории вечером перед сном, а можно на кухне, когда ваши руки заняты, а мысли свободны. О чем рассказывать? Например, как малыш пинался ножками у вас в животе, когда еще не родился. Или как вы учились кататься на велосипеде. Или как папа первый раз летал самолетом... Некоторые истории вам придется рассказывать даже не один раз. Просите и других членов семьи подключиться к игре.

18. **Мой репортаж.** Вы с ребенком побывали в какой-то поездке только вдвоем, без других членов семьи. Предложите ему составить репортаж о своем путешествии. В качестве иллюстраций используйте фотоснимки или видеосюжеты. Дайте ребенку возможность самому выбрать, о чем рассказывать, без наводящих вопросов. А вы понаблюдайте за тем, что именно отложилось у него в памяти, что для него оказалось интересным, важным. Если начнет фантазировать, не останавливайте. Речь малыша развивается независимо от того, какие события - реальные или вымышленные - им воспроизводятся.

19. **Чем закончилось?** Одним из способов развития связной речи может стать просмотр мультфильмов. Начните вместе с малышом смотреть интересный мультфильм, а на самом захватывающем месте "вспомните" про неотложное дело, которое вы должны сделать именно сейчас, но попросите ребенка рассказать вам позже, что произойдет дальше в мультфильме и чем он закончится. Не забудьте поблагодарить вашего рассказчика!

**«Интеллектуальные игры и упражнения для развития детей»**

Дорогие родители! В сегодняшней ситуации Вы много времени проводите с детьми. Специально для Вас мы сделали подбор простых интеллектуальных игр, которые помогут Вам провести время с детьми с пользой и удовольствием!

**Игры на развитие внимания**

**«Выкладывание узора из мозаики»**

**Цель:** развитие концентрации и объема внимания, мелкой моторики руки, формирование умения работать по образцу.

**Оборудование:** мозаика, образец.

**Описание:** ребенку предлагают по образцу выложить из мозаики: цифры, букву, простой узор и силуэт.

**Инструкция:** «Посмотри, на этом рисунке изображена цифра (буква, узор, силуэт). Из мозаики нужно выложить точно такую же цифру (букву, узор, силуэт), как на рисунке. Будь внимателен. Приступай к работе».

**«Нанизывание бусинок»**

**Цель:** развитие концентрации и объема внимания, мелкой моторики пальцев.

**Оборудование:** образец для нанизывания бус; бусинки, соответствующие образцу, или одинаково нарезанные кусочки цветной изоляции толстой проволоки; для усложнения задания - крупный бисер. Описание. Ребенку предлагают по образцу нанизывать бусы.

**Инструкция:** «Посмотри на эти нарисованные бусы. Ты хочешь сам собрать бусы? Я дам тебе бусинки и проволоку, на которую нужно нанизывать друг за другом бусинки точно так, как они выглядят на рисунке».

**Примечание.** Работа с крупным бисером часто вызывает у детей затруднения. Возможно использование крупного бисера только в случае хорошо развитой моторики руки и как усложняющий элемент игры.

**«Найди дорожку»**

**Цель:** Развитие произвольного внимания.

**Оборудование:** бланк с изображением простого лабиринта, карандаш.

**Описание.** Ребенок должен пройти извилистую линию лабиринта, проводя по ней пальцем либо обратным концом карандаша.

**Инструкция:** «Посмотри на этот рисунок, на нем изображен лабиринт. Необходимо помочь Зайке пройти по этому лабиринту и добраться к морковке.

**«Найди двух одинаковых животных»**

**Цель:** развитие произвольного внимания.

**Оборудование:** рисунок с изображением животных (мышек, петухов, жирафов, слонов)

**Описание.** Ребенку предлагают отыскать на рисунке двух одинаковых животных.

**Инструкция:** «Посмотри внимательно на рисунок. На нем изображены мышки (петухи, жирафы, слоны). Необходимо найти среди всех мышек одинаковых».

**Игры на развитие памяти**

**«Игра в слова»**

**Цель:** развитие слуховой памяти

Сейчас я назову вам несколько слов. Постарайся их запомнить. Внимание!

Сокол, сито, сосна, старик, сарай, снегурочка.

Задание 1: назови слова, которые ты запомнил.

Задание 2: как ты думаешь, есть что-нибудь общее у этих слов.

Задание 3: если ты знаешь, как пишется буква «с», то напиши ее.

**Игра «Пары картинок».**

**Цель:** развитие смысловой памяти

Приготовьте 7-8 картинок, связанных друг с другом по смыслу. Разложите их попарно перед ребенком. Картинка, на которой нарисовано дерево, кладется рядом с изображением леса. Предложите ребенку внимательно рассмотреть все рисунки и постараться запомнить. Через 1-2 мин. Уберите картинки с правого ряда. Попросите ребенка, чтобы он, глядя на оставшиеся картинки назвал те которые убраны.

**Игра «Поезд»**

**Описание.** В игре участвует не более 5-6 детей. Выбирается «паровозик», остальные дети - «вагончики». «Вагончики» встают друг за другом. «Ребенок-паровозик» смотрит внимательно на «вагончики» и старается их запомнить. Потом он отворачивается, а ведущий (взрослый) спрашивает: «Кто стоит на втором, третьем, четвертом месте?» «Паровозик» отвечает. Затем сам становится «вагончиком», Выбирается другой «паровозик». Выигрывает тот, кто правильно расставит свои «вагончики».

**Игра «Сложи узор».**

Составьте дорожку или узор из фигур (начинайте с трех-четырех элементов, когда ребенок освоится с такими заданиями, увеличьте количество). Попросите его посмотреть на дорожку (узор), потом отвернуться. Измените расположение одной фигуры (потом двух-трех). Попросите ребенка восстановить первоначальное расположение фигур на дорожках (узорах).

Усложненный вариант: уберите дорожку (узор) с поля. Предложите восстановить самостоятельно. Можно ещё раз убрать узор и предложить ребенку восстановить его с закрытыми глазами на ощупь.

**Игры на воображение**

**«Закорючки»**

Лучше играть вместе с ребенком. Нарисовать друг для друга произвольные закорючки, а потом поменяться листочками. Кто превратит закорючку в осмысленный рисунок, тот и победит.

**«Несуществующее животное»**

Если существование рыбы- молот или рыбы-иглы научно доказано, то существование рыбы-наперстка не исключено. Пусть ребенок пофантазирует:" Как выглядит рыба-кастрюля? Чем питается рыба-ножницы и как можно использовать рыбу-магнит?"

**«Оживление предметов»**

Необходимо предложить ребенку представить себя и изобразить новой шубой; потерянной варежкой; варежкой, которую вернули хозяину; рубашкой, брошенной на пол; рубашкой, аккуратно сложенной.

**Игры на развитие мышления**

**«Четвёртый-лишний»**

Игра имеет для детей развивающее значение. Она способствует развитию познавательных процессов, доступна для использования игры в семейном воспитании; тренирует наглядно-образное мышление и словесно-логическое мышление, помогает расширить активный словарь. Дети закрепляют умение группировать и классифицировать предметы, используя игровые упражнения.

**Игра «Логические связи»**

**Цель.** Формировать основы логического мышления, путём подбора к ключевому слову различных слов, связанных с ним логическими связями. Обогащать словарный запас.

Взрослый говорит ребёнку любое ключевое слово. Ребёнок подбирает к нему самые разнообразные слова, которые логически с ним могут быть связаны.

**«Что будет-если»**

Ведущий задает вопрос - ребенок отвечает.

"Что будет, если я встану ногами в лужу?"

"Что будет, если в ванну с водой упадет мячик? Палка? Полотенце? Котенок?

Камень?" и так далее. Затем меняйтесь ролями.

**Дорогие родители!**

**Берегите себя и своих близких!**

***Номер подготовила – воспитатель***

***Абрамова М.В.***