

# СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК

0+

Ежемесячная газета МДОУ «Детский сад «Солнышко» г.Новодвинск

## КРИЗИС ТРЁХ ЛЕТ

Обычно все начинается с простых капризов: «не буду!», «не хочу!», но постепенно ваш ребенок становится неуправляемым. По любому поводу у него могут начаться приступы ярости, он все бросает, ломает, заходится в плаче, падает на пол. Поверьте, пока с вашим малышом ничего страшного не происходит. Это физиологический кризис – период самоутверждения.

В этот период родители сталкиваются с негативизмом, когда ребенок отказывается делать что-нибудь только потому, что это исходит от взрослого. Ребенок становится упрямым, настаивает на чем-либо не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он этого потребовал.

Малыш желает все делать сам (ярко выражено стремление к самостоятельности). Этот критический возраст назвали «возрастом строптивости» или «Я сам».

Нередко родители очень огорчаются, обнаружив, что их малолетнее чадо растет бессердечным эгоистом. «Дай немедленно Вове игрушку! Не будь жадной, это отвратительно!» - кричит порой излишне впечатлительная мама.

**Не кричите на ребенка. Помните поговорку: «Юпитер, ты сердисься, значит, ты не прав»?**

В данном случае мама, безусловно, не права и гнев ее не праведный, а от незнания. Кричит она, по большому счету, не на ребенка, а на себя. Но вредит этим криком и себе, и ребенку.

Конечно, жадным быть нехорошо, великодушие надо воспитывать, но нужно уметь это делать.

**Научите ребенка в раннем возрасте любить себя, иначе потом он может никогда не научиться любить себя.**

Любовь к себе – прекрасный фундамент, на котором у нормального малыша в нормальной семье со временем вырастет Настоящая Большая Любовь к жизни и людям, а позже – и гражданская совесть. Не надо только форсировать события.

Если малыш не хочет поделиться с товарищем своей игрушкой, ему нужно спокойно и понятно объяснить, в чем он не прав и как следует поступить.

**Помните: совесть и великодушие сначала надо вырастить, а уже потом можно будет ими восхищаться.**

Выдержка и терпение, как правило, приводят к разрешению кризиса благодаря как самой крепнущей психике ребенка, так и помощи ему со стороны взрослых.

Общая победа над трудностями роста создает новую ситуацию во взаимоотношениях в семье, в детском саду и обеспечивает менее болезненный переход к следующему этапу развития



◆ Постоянно излучайте спокойную уверенность в том, что все идет обычным, естественным путем, поддерживайте в ребенке уверенность в своих возможностях.

◆ Деликатно, ненавязчиво активизируйте поведение и познавательную активность ребенка.

◆ Проявляйте терпение, не форсируя событий.

◆ Чередуйте осторожное стимулирование познавательных процессов ребенка с паузами, возвратом к его привычному поведению и отдыху.

◆ Помогайте ребенку осознать вредные для него последствия любых капризов.

◆ Спокойно возвращайте малыша к реальной ситуации, к ее пониманию.

◆ Не упрекайте малыша, если он допустил промах, не обвиняйте его, старайтесь не замечать неудач ребенка.

◆ Не произносите вслух никаких уничижительных высказываний в адрес ребенка.

◆ Обязательно обращайтесь за помощью к специалистам в сложных случаях.



психики – этапу расцвета речемыслительной активности, который исподволь готовился давно, еще с первого года жизни.

Родителям и воспитателям в период кризиса детей 3 лет следует быть с малышами особенно внимательными и предупредительными.

◆ Не паникуйте, если ребенок ведет себя эгоистично, непредсказуемо; чем глубже кризис, тем выше следующий за ним взлет.

◆ Удвойте внимание и заботу по отношению к ребенку, не допускайте нервозности и суеты в общении с малышом.

**Лысенко  
Светлана Дмитриевна,  
педагог-психолог  
ГБУ АО «АЦПД «Лучик»**

# УДИВИТЕЛЬНАЯ ИГРУШКА – МЯЧ!

*Мяч – уникальная игрушка. Пожалуй, ничего аналогичного, настолько простого и в то же время интересного, пока еще люди не придумали. Потребность в движении – наиболее нужная биологическая особенность детей дошкольного возраста. Одним из способов повышения двигательной активности ребенка являются игры и упражнения с мячом. Это прекрасное средство развития координации, выносливости, быстроты и ловкости. Различные упражнения с мячом вовлекают в работу разные мышечные группы рук, ног, туловища, шеи, головы. Это значит, что происходит гармоничное развитие всего тела.*

Практически каждый ребенок с раннего возраста знает и любит мяч.

Выбор мячей достаточно широк: разного размера, цвета, материала. Как правило, ребенка привлекают мячи яркие, прыгучие, легкие. С ними можно бегать, прыгать, упражняться в ловкости, быстроте, гибкости. Бросание и ловля – более сложные движения, требующие хорошего глазомера.

Игры с мячом способствуют развитию не только силы, точности движений, ловкости, быстроты реакции, развитию глазомера, общей и мелкой моторики, но также освобождают детей от утомительной, неестественной для их возраста неподвижности на занятиях. Движение самого мяча активизирует произвольное внимание, а то, что он может быть брошен другому ребенку, формирует произвольное внимание. Кроме того, игры с мячом нормализуют эмоционально-волевую сферу.



Для того чтобы все дети правильно выполняли упражнение, мячом должен владеть взрослый или ребенок, который уже освоил его. В момент выполнения упражнений взрослый обязательно должен комментировать действия детей. С теми, кто не смог выполнить задание, следует поработать индивидуально, помочь развитию моторной памяти.

Для того чтобы игры с мячом были наиболее эффективными, необходимо помнить:

1. Дети должны иметь как можно больше самостоятельности при выполнении упражнений с мячом;
2. Выполняя упражнение с мячом важно уделять внимание каждому ребенку;
3. Очень важно уметь вовремя находить слова одобрения, особенно если ребенок затрудняется в выполнении упражнений;



4. Выполнение упражнений должно чередоваться с активным отдыхом, когда дети могут просто поиграть с мячом. Это будет подготовительным этапом к будущим упражнениям. В группах младшего возраста действия с мячом постоянно обыгрываются.

Таким образом, мяч выступает универсальным инструментом развития дошкольника. Он формирует точность и четкость действий, выносливость, вос-



пытывает волевые качества и умение достигать цели.

## Упражнения с мячом для детей 4-7 лет:

- ☛ Подбросить мяч вверх, поймать двумя руками.
- ☛ Подбросить мяч вверх, дать ему упасть, после отскока поймать.
- ☛ Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши, поймать.
- ☛ Подбросить мяч вверх и поймать одной рукой.
- ☛ Ударить мяч о землю, поймать его после отскока.
- ☛ Ударить мяч о стенку, поймать двумя руками после отскока от земли.
- ☛ Ударить мячом о стену, хлопнуть в ладоши, поймать мяч.
- ☛ Ударить мячом о стену, перепрыгнуть через него.
- ☛ Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы.
- ☛ Перебрасывать мяч друг другу с ударом об пол.
- ☛ Перебрасывать мяч через сетку.
- ☛ Бросать мяч от груди.
- ☛ Бросать мяч вдаль любым способом: из-за головы, от плеча, снизу.
- ☛ Прокатить мяч, чтобы сбить кегли, кубики, фигурки.
- ☛ Отбивать мяч на месте правой, левой рукой и поочередно правой-левой.

**Калиниченко  
Юлия Николаевна,  
воспитатель МДОУ «Детский сад «Лесовичок»**

*Ничто так не научает, как сознание своей ошибки.  
Это одно из главных средств самовоспитания.*

*Томас Карлейль*

# ДАВАТЬ НЕЛЬЗЯ ЗАПРЕТИТЬ

*Где поставить запятую во фразе: «Давать нельзя запретить»? Анализируя детские рисунки, беседуя с родителями и детьми о том, как они проводят свободное время, можно сделать вывод, что взрослые и дети много времени проводят у экрана телевизора, играют в компьютерные игры и общаются в Интернете. С одной стороны, мы вынуждены подчиняться требованиям времени и уметь пользоваться техникой. С другой стороны важно, не потерять связь с реальностью.*

Гаджет (англ. gadget – приспособление, устройство, также может называться «девайс») – небольшое устройство, предназначенное для облегчения и усовершенствования жизни. Большинство из нас под словом «гаджет» представляет смартфон, планшет, ноутбук и другие устройства, связанные с интерактивной деятельностью, виртуальным общением, играми, интернетом.

С одной стороны, гаджеты чересчур демонизируются – словно это некое чудовище, которое прыгает из-за угла и поработает невинные детские души. Но, с другой стороны, ребенок ведь получает гаджет всегда от кого-то – для многих родителей это способ на время «обезвредить» малыша, занять его внимание, потому что им не ясно, что еще с ним делать. Мы не можем ожидать от родителей – активных, работающих людей в самом расцвете сил, – что они будут с утра до вечера развлекать пятилетнего ребенка. Поэтому получается замкнутый круг: не имея возможности проводить время со сверстниками, ребенок занимает это пространство гаджетами. И часто мы не знаем, что он будет в этом гаджете делать. Может быть, с его помощью он как раз научится общаться? А может быть, попадет в зависимость: такое тоже случается.

Мы видим, что современные дети действительно гораздо активнее взрослых нашего поколения обучаются технологиям. Некоторые годовалые малыши уже могут открыть на родительском смартфоне YouTube и найти там мультики. Что же в этом плохого? В экранах у нас сейчас все: работа, обучение, общение с друзьями и даже спорт. Много ли из нас тех, кто проводит хотя бы один день без смартфона, планшета, компьютера? Задумаемся о себе, как мы относимся к гаджетам.

## Разумеется, контролировать экранное время надо

Приведем аналогию, которая будет понятна многим. Как родители принимают решение, сколько сладкого они дают ребенку? Один скажет: «Ты можешь съесть две конфеты в день: одну утром, вторую вечером». Второй – поставит перед ребенком миску и скажет: «Ешь, сколько хочешь. Вытошнит тебя, и ты будешь приблизительно понимать, сколько тебе можно есть». Некоторые специалисты дают рекомендации: если ребенку 5 лет, то планшет можно 15 минут в день, если 6, увеличьте время до 20 минут. Но точно о влиянии гаджетов на человека пока никто ничего сказать не может. У нас ни одно поколение не прожило вместе со смартфоном от рождения до смерти, поэтому у науки нет достоверных данных.



## Профилактика компьютерной зависимости

Для профилактики данного вида зависимости и для сохранения психического здоровья ребенка важно следующее: Необходимо с любовью показать ребенку, что реальность гораздо интереснее, чем иллюзорный мир гаджета. С маленькими детьми с одной стороны это сложнее, а с другой стороны легче. Сложнее: маленьким детям не всегда можно объяснить и договориться об использовании гаджета. Легче: в том, что нам, взрослым, необходимо выработать определенную позицию к использованию гаджета ребенком, и следовать ей.

## Как сформировать здоровое использование гаджета ребенком?

Не запрещать использование планшета, телефона ребенком – а выработать здоровое отношение к данным устройствам. В случае запрещения – это становится вождельным объектом, а все мы помним, что «запретный плод – сладок».

- В случае, если уже есть высокое желание постоянно смотреть мультики/играть, то обсудить (если позволяет возраст), и/или сразу ограничить время. Важно! Взрослым, быть готовыми отвлекать и понемногу заинтересовывать ребенка другими играми/общением/играми со сверстниками в период отсутствия постоянного «заменителя» реальности (гаджета) у ребенка.

- Изменить качество использования гаджета – с игр, на развивающие головоломки, или увлекательные викторины, с фильмов – на поиск информации. С одинокого использования планшетом ребенка – на совместное времяпрепровождение родителя и ребенка, рассказ о том, что происходит, анализ и затем обсуждение того, что было. Использовать гаджет как помощник при необходимости длительного ожидания в очереди, перелете, а не как ежедневное «выключение» ребенка.

- Самим меньше использовать телефоны/телевизор! Личный пример – это ключевой фак-

тор успеха. А если вы сами постоянно у телевизора, или в телефоне, то ждать, что ребенок будет сидеть рядом и читать книги, или складывать кубики – глупо. От нас взрослых зависит: станут гаджеты в жизни семьи источником проблем или будут способствовать гармоничному развитию ребенка и помогут шагнуть в ногу со временем.

## Разрешать гаджеты или нет?

Представьте, если бы вы жили в джунглях Амазонки. Вашей задачей была бы необходимость уберечь ребенка от нападения диких зверей и отравления ядовитыми ягодами. При этом вы не заперли бы его в хижине, аргументируя это тем, что «в наше время не было никаких крокодилов, и лес был совсем другой». Задача развития – научить его жить в этой реальности: знать повадки диких зверей и способы защиты от них.

Мы находимся в такой же ситуации. Только наш лес – это информационное пространство. Наша задача – не уберечь его от конкретного смартфона, а научить справляться с затягивающей деятельностью, которая подсаживает нас на дофаминовый круг.

Справедливости ради надо сказать: у нас задача посложнее, чем у жителей амазонской деревни. В отличие от нас они знают, как жить в лесу, так же как знали и их отцы и деды. Уклад жизни там не меняется столетиями. А мы сами беззащитны перед этим «Цукербергом».

Поэтому если мы хотим, чтобы ребенок научился с этим справляться, мы и сами должны быть в позиции того, кто учится. Вместо категорично-запретительной риторики лучше поговорить с ребенком на равных: «Ты замечаешь, как садишься на 5 минут, а вдруг проходит 3 часа? В итоге ты не обедаешь, не спишь, не успеваешь сделать дела... У меня тоже так бывает... Давай периодически устраивать детокс от гаджетов, и помогать, другу с этим справляться».

Если же мы ставим жесткие ограничения из разряда «Получишь двойку – никаких гаджетов», это работает только на короткой дистанции. Как он будет жить с этим дальше – большой вопрос.

## Мир уже изменился!

И с этим придется смириться. Не исключено, что ваш ребенок, проводящий за компьютерными играми много времени, станет самым приспособленным взрослым к новой реальности. Тем более, что многие профессии будущего связаны с информационными технологиями.

*Тормосова Александра Анатольевна,  
педагог-психолог Центра «Гармония»*

Учение – это изучение правил;  
опыт – изучение исключений.

Неизвестный автор

ИГРОМИР

# НА АБОРДАЖ!

ИГРОМИР

Признайтесь, уважаемые родители, играли на скучных уроках втихую в морской бой? Эта незамысловатая игра была невероятно популярной у детей разных стран. С внедрением гаджетов в нашу жизнь морской бой сдал свои позиции, но никогда не поздно вспомнить свои «боевые заслуги» и научить детей планированию, прогнозированию, да даже элементарному ориентированию на клеточном поле (а заодно закрепить знание цифр и букв).

## Вспомним правила

Каждый из игроков на тетрадном листе в клетку рисует два квадрата 10x10. На первом квадрате вы будете расставлять свои корабли, на другом – пытаться разгромить флот соперника. Слева у каждого квадрата подписываем буквы (А, Б, В и т.д.), сверху – цифры от 1 до 10. Теперь у каждой клетки есть свое обозначение, например А4, К6.

В битве участвует 10 кораблей: 1 четырехклеточный (линкор), 2 трехклеточных (крейсер), 3 двухклеточных (эсминец) и 4 одноклеточных (катер). Корабли можно расставлять как угодно, лишь бы они не касались краями или углами. Разумеется, на протяжении всей игры расположение флота должно быть тайной от соперника, поэтому лучше сесть подальше или закрыться ширмой (книжкой).

Игроки по очереди называют друг другу координаты клетки, в которую хотят выстрелить. Если снаряд попал в воду, противник говорит: «Мимо!». Если корабль подбит – это «ранил», а если поражены все клетки корабля – «убил». Все ходы игроки отмечают на своих полях точками и крестиками. Если выстрел был удачный, можно стрелять еще раз; если промах – стреляет соперник.

Это правила классического морского боя, есть еще варианты с кораблями разной формы, с применением мин и минных тральщиков.

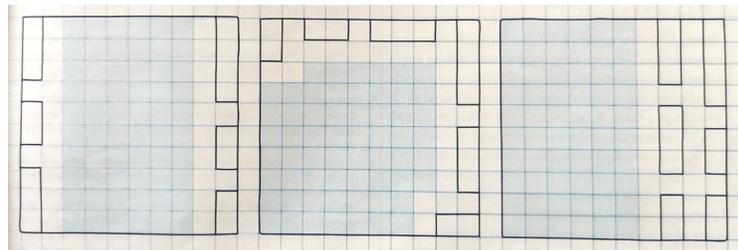
## Выигрышная стратегия

Залогом победы будет тщательная подготовка: нужно расставить свои корабли так, чтобы сопернику сложно было искать их по полю.

По правилам классической игры корабли нельзя ставить вплотную, а значит, если корабль «убит», можно не обстреливать клетки вокруг потопленного судна – там уже точно ничего не будет. Получается, что если поставить четырехпалубный корабль в центре, противник уже не будет стрелять целых 14 клеток вокруг него! А вот если поставить такой корабль в угол карты, врагу достанется лишь 6 бонусных клеток. Разумеется, опытный противник может начать атаку с угловых клеток, но и вы можете ответить тем же.

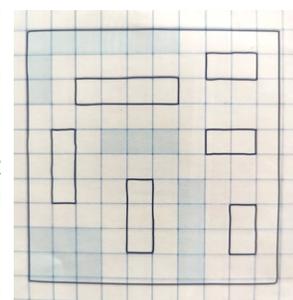
Сложнее всего противнику найти одноклеточные катера: после уничтожения крупных кораблей попадание в мелкие зависит от удачи. Поэтому ваша задача – оставить для соперника как можно больше места для «слепой» стрельбы. Например, в каждом из предложенных вариан-

тов на расстановку однопалубников остается 60 клеток! Вероятность случайно затопить один из них совсем мала.



Если же расставить крупные корабли в центре поля, то на одноклеточные останется очень мало места. Например, при таком расположении нужно обстрелять всего 21 клетку.

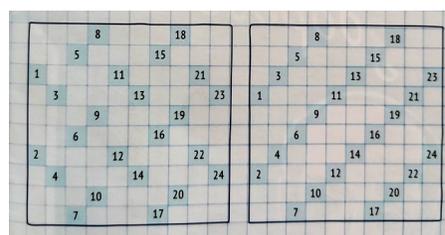
Конечно, внимательный противник быстро раскусит ваш план, уничтожая прижатые к краям корабли. А вы тем временем должны применить свою тактическую мощь на вражеский флот. **Как это можно сделать эффективнее?**



Принципы атаки напрямую следуют из принципов защиты. Чем больше подбитый корабль противника, тем больше клеток вы откроете вокруг него. Вывод – начинаем выслеживать многопалубные корабли. Ваша задача – разбить поле на квадраты 4x4 методично обстреливать их, чтобы каждый ход проверял и одну горизонталь и одну вертикаль. Вариантов проверки каждого квадрата много (см.примеры). Все поле таким образом можно проверить за 24 хода. Плюс ко всему, пока ищите линкор, вы обязательно подобьете и другие корабли, а если повезет, даже и одноклеточные.



Эффективные варианты обстрела поля соперника.



**Вариант игры с «минами».** Мина занимает одну клетку и обозначается кружком. Если противник выстрелит в нее, то «подорвется» сам и будет вынужден сообщить координаты своего корабля (одной клетки). В противовес такой фигуре вводится «минный тральщик»: попав на него, противник обязан раскрыть местонахождение одной из своих мин. Обозначается тральщик треугольником и занимает тоже одну клетку.

Литература: А.Новикова «Занимательно и полезно», М., 2022

Маценов Даниил Алексеевич,  
педагог дополнительного образования МОУ ДО «ДДТ»

*Ничто так не научает, как сознание своей ошибки.  
Это одно из главных средств самовоспитания.*

Томас Карлейль

# МАСТЕР-КЛАСС ПО СОЗДАНИЮ РИСУНКА «ЗАКАТ В ЛЕСУ» В ТЕХНИКЕ ГРАДИЕНТА

*В изобразительном искусстве существуют различные техники рисования, которые помогают создать интересные рисунки. С такими техниками может справиться любой взрослый и ребёнок, и я предлагаю сейчас познакомиться с техникой градиент и нарисовать закат в лесу.*

*Что такое градиент? Градиент — это техника растяжки цвета в живописи, создающая плавный переход между двумя и более цветами. Наиболее часто он применяется для изображения неба на закате или рассвете, но, также, может использоваться и в других целях.*

Мастер-класс предназначен для совместной деятельности детей и родителей.

Для рисования заката в технике градиент нам потребуются:

- Лист бумаги А4;
- Гуашь (цвета: чёрный, синий, красный, жёлтый, белый);
- Стаканчик с водой;
- Кисти (Синтетика №3 и щетина №10).

**Наша цель – научиться смешивать краски, чтобы получить плавный переход от цвета к цвету.**

Лист бумаги размещаем вертикально перед собой. Для градиента лучше взять плотную и толстую, широкую кисть (щетина №10). На верхнюю часть листа наносим тонкую полоску чёрного цвета.

**Важно! Наносим краску на лист равномерно, рука должна двигаться справа-налево и слева-направо, а не хаотично.**

Теперь ниже накладываем краску синего цвета. Заходим кистью на границу с чёрным цветом и поднимаем синюю краску вверх движением кисти из стороны в сторону.



Ниже мы наносим белый цвет и «рестягиваем» его на синий цвет вверх. Движения выполняются также слева-направо. Получаем плавный переход в голубой.

**Важно! Если не получилось сделать растяжку за один прием, кисть нужно промыть водой и снова начать с белой полосы, двигаясь из стороны в сторону и постепенно перемещаясь вверх.**



Затем добавляем полоску жёлтого цвета и плавно смешиваем границу белой краской (аккуратно, при смешивании голубого и жёлтого можно получить зелёный, а нам это не надо):



Продолжение см.на обороте



*Ничто так не научает, как сознание своей ошибки.  
Это одно из главных средств самовоспитания.*

Томас Карлейль

## МАСТЕР-КЛАСС ПО СОЗДАНИЮ РИСУНКА «ЗАКАТ В ЛЕСУ» В ТЕХНИКЕ ГРАДИЕНТ

*Начало см. на обороте*

Добавляем красный цвет до линии горизонта. Опять же на границу наносим белую краску, растягиваем границу на желтый цвет наверх и на красный цвет вниз и плавно смешиваем цвета. Наш закат готов, теперь будем рисовать лес, а точнее силуэты деревьев.



Краской чёрного цвета закрашиваем нижнюю часть нашего рисунка. Придётся подождать некоторое время, так как деревья будем рисовать на фоне заката, наше небо должно полностью высохнуть:



На линии горизонта рисуем верхушки деревьев густого леса. Для этого нам уже потребуется не широкая кисть (синтетика №3).

Предлагаю нарисовать пару ёлочек. Сначала обозначаем ствол, а от ствола рисуем еловые веточки, спускающиеся вниз. Также слева рисуем лиственное дерево. Изначально нарисуем ствол, ветки и притаптывающими движениями листочки (методом примакивания прикладываем кисть с чёрной краской на бумагу).



Можно дополнить рисунок солнышком. На небе, ближе к линии горизонта рисуем маленький круг белого цвета.

*Солнце за день натрудилось,  
К горизонту покатилося.  
Дом, и клён, и всё подряд  
Красит золотом закат.*

Наша работа «Закат в лесу» готова!

Этим способом можно нарисовать море, лес и другие пейзажи. Такие работы в технике градиент получаются очень яркие и насыщенные. А главное, рисовать интересно и не сложно – с небольшой помощью взрослого справятся и малыши.



Мастер-класс разработан **Шевчук Татьяной Олеговной**, педагогом дополнительного образования МАУ ДО «Центр «Архангел», г. Архангельск для совместной деятельности детей и родителей.

