

Примерные упражнения и игры, направленные на повышение уровня самооценки и развитие адекватной самооценки.

Игра «Связующая нить».

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми.

Дети, сидя в кругу, передают клубок ниток. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что тот, кто держит клубок, чувствует, что хочет для себя и что может пожелать другим. При затруднении психолог помогает ребенку – бросает клубок ему еще раз. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

Этюд «Ласка»

Цель: Развитие умения выражать чувства радости, удовольствия.

Звучит музыка А. Холминова «Ласковый котенок». Дети разбиваются на пары: один – котенок, второй – его хозяин. Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к хозяину тем, что трется головой о его руки.

Игра «Мое имя».

Цель: идентификация себя со своим именем, формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».

Ведущий задает вопросы; дети по кругу отвечают.

- Тебе нравится твое имя?

- Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как?

При затруднении в ответах ведущий называет ласкательные производные от имени ребенка, а тот выбирает наиболее ему понравившееся.

Ведущий говорит: «Известно ли вам, что „имена растут вместе с людьми?»

Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастаете и пойдете в школу, имя подрастет вместе с вами и станет полным, например: ... (воспитатель называет возможные варианты имени)

Упражнение «Назови и покажи».

Цель: Определение и передача эмоциональных состояний, выраженных при помощи мимики.

Дети сидят в кругу. Ведущий говорит: «Когда я грущу — такой». Показывает мимикой свое состояние. Затем продолжают дети по кругу, каждый раз изображая отличное от уже названных эмоциональное состояние. Когда очередь доходит вновь до ведущего, он предлагает усложнить упражнение: один показывает – все угадывают, какое эмоциональное состояние они увидели.

Игра «На что похоже настроение?»

Цель: Эмоциональное осознание своего самочувствия, развитие симпатии.

Участники игры по кругу при помощи сравнения говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их настроение. Начинает игру ведущий: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе. А твое?» «Ведущий обобщает – какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое.

Игра «Возьми и передай».

Цель: Достижение взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние.

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

Игра «Принц и принцесса»

Цель: Дать почувствовать себя значимым, выявление положительных стороны личности; сплочение детской группы.

Дети стоят в кругу. В центр ставится стул — это трон, Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребенок по желанию садится на трон. Остальные дети оказывают ему знаки внимания, говорят что-нибудь хорошее.

Игра «Комплименты».

Цель: Помочь ребенку увидеть свои положительные со стороны; дать почувствовать, что его понимают и ценят друг дети.

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе...». Принимающий комплимент, кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно». Упражнение продолжается по кругу. После упражнения обсуждаются, что чувствовали участники, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты.

Упражнение на развитие мимических движений: поднять брови, опустить брови, нахмурить брови, сдвинуть и надуть губы, опустить уголки губ, улыбнуться, оттопырить губы, наморщить нос и т.д. Желательно, чтобы дети выполнили упражнение перед большим зеркалом.

Игра «Настроение».

Цель: Помогать в преодолении негативных переживаний, учить детей самостоятельно принимать решения, снижать уровень тревожности.

Дети по кругу предлагают способы, как можно повысить настроение.

Например: сделать доброе дело, поговорить с другом, поиграть с домашними животными, посмотреть любимый мультфильм, нарисовать картину, улыбнуться себе в зеркале, подарить улыбку другу.

Игра «Сказочная шкатулка»

Цель: Формирование положительной «Я»-концепции, самопринятия, уверенности в себе.

Ведущий сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку — в ней спрятались герои разных сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых персонажей и расскажите: какие они, чем они вам нравятся, опишите, как они выглядят (какие у них глаза, рост, волосы), что у вас с ними общего. А теперь с помощью волшебной палочки все превращаются в любимых сказочных героев: Золушку, Карлсона, Винни-Пуха, Буратино, Красную Шапочку, Мальвину. Выбирайте любой персонаж и покажите, как он ходит, танцует, спит, смеется и веселится».

Приложение № 2

Модуль № 1

Старший дошкольный возраст

тема № 3

Советы родителям: «Что важно знать, чтобы сформировать в ребенке адекватную самооценку»

1. Любите ребенка

- Всегда нужно стараться относиться к ребенку с уважением и пониманием.
- Не следует жалеть времени на совместное времяпрепровождение: игры с ребенком, прогулки, занятия спортом, походы в театр, работа по дому

и т.д.

- Любая совместная деятельность должна приносить радость вам и вашим детям.

- Только искреннее общение с ребенком даст ему возможность почувствовать, что вы видите в нем хорошего, интересного человека, с которым хочется подружиться.

- Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими детьми.

2. Развивайте чувство компетентности у ребенка

- У вашего ребенка будет объективно высокая самооценка и уверенность в себе, если он будет успешным во многих сферах деятельности.

- Постоянно стремитесь к тому, чтобы ребенок многое умел делать собственными руками, решая задачи, опираясь на собственные возможности и чтобы он мог гордиться собственными достижениями.

3. Больше поощряйте и меньше наказывайте

- Очень важно, чтобы родители хвалили ребенка, но не менее важно, чтобы его хвалили и посторонние люди. Поэтому родители должны создать такие условия, в которых ребенок мог бы проявить все свои способности и умения, чтобы заслужить одобрение окружающих.

- Некоторые дети совершенно не терпят, когда хвалят кого-то другого, а не их. Такие дети воспринимают похвалу только в свой адрес. Надо научить их замечать хорошее в других и не стесняться об этом говорить.

- Часто родители теряют терпение из-за непослушания и капризов детей, тогда они начинают применять суровые наказания, бросают упреки, открыто выражают недовольство и даже угрожают: «Мне не нужен такой сын», «Если ты еще раз так скажешь, я отрежу тебе язык», «Я отдам тебя в детский дом». Такой подход в воспитании имеет отрицательные последствия для детей. День за днем их любовь и привязанность по отношению к родителям будут уменьшаться. Они станут непослушными, злыми.

4. Предоставляйте ребенку самостоятельность

- Никогда не делайте за своего ребенка то, что он уже может сделать сам.

5. Не требуйте от ребенка невозможного

- Соблюдайте равновесие. С одной стороны, необходим опыт, умение делать что-то самостоятельно. С другой стороны, важно, чтобы перегрузка не привела к неудаче, чтобы ребенок не утратил веры в свои силы.

6. Воспитывайте в своем ребенке уверенность в том, что он хороший человек

- Научите своего ребенка совершать добрые дела, получая от этого удовольствие.

- Не старайтесь отгородить ребенка от семейных проблем. По мере сил он должен участвовать в оказании помощи другим людям: ходить за продуктами для больной одинокой соседки, сажать деревья около дома, навещать заболевшего товарища и т.п. В таких ситуациях дети смогут испытать радость и удовольствие от помощи людям, что поднимает их самооужание.

7. Меньше критикуйте ребенка

Приложение № 3

Модуль № 2

Младший, средний, старший дошкольный возраст

тема № 2

Инсценировка

Интерьер - комната в квартире. Папа сидит в кресле с газетой, мама у телефона на стульчике, сестра – учит уроки на письменном столе. Мальчик играет один на полу с кубиками, подходит к радио, крутит поиск программ.

По радио передают:

«Добрый день, уважаемые радиослушатели! В эфире передача для самых маленьких. Рассаживайтесь поудобнее, ребята, около своих радиоприёмников и слушайте.

Произошла история

Недавно иль давно.

История занятная,

Каких полным-полно.

Это шутка, в ней намек,

Если вдуматься — урок!

Вы на нас не обижайтесь,

Вникнуть в тему постарайтесь!..»

Сцену прерывает телефонный звонок. Мальчик отходит от радио, идёт снова играть в кубики.

Мама (берет трубку).

Здравствуй, Любочка, подружка!

Ты давно мне не звонишь!

Может быть, сегодня в гости

На минутку забежишь?

Много дела? Да, немало
Ждет домашних нас хлопот,
Надо ужин приготовить,
Постирать, сварить компот.
Мальчик (подходит с книжкой).
Надоело мне играть,
Сказку можешь почитать?
Мама.
Подожди ты, не гуди,
Лучше к папе подойди.
(Мальчик охает, пытается взять и посмотреть косметику, но мама легко бьет его по руке).
Что ты? Кофточку купила?
Говоришь, красивый цвет?
Рюшки, бантики, оборки —
Замечательно, слов нет!
Да? Каблук такой высокий?
Сможешь ты такой носить?
Ах, как хочется мне тоже
Эти туфельки купить! (Кладет трубку).
Мальчик.
Мама, скучно мне стоять.
Может нам с тобою вместе
В паровозики сыграть?
Мама.
Ах, мне некогда, сыночек,
Побежала я стирать,
Вон сидит на кресле папа,
Попроси его сыграть! (уходит)
Мальчик (подходит к папе и дергает его за рукав).
Папа, папа, не читай,
Лучше в мячик поиграй!
Я тебя прошу давно,
Отведи меня в кино!
Папа.
Это все потом, мой милый,
Ты сходил бы погулять.
Мне же надо очень срочно
Всю рекламу дочитать.
И футбол сегодня будет!
(Гордо).
Я — болельщик «Спартака»!
Мы в индейцев поиграем
Завтра вечером. Пока!
(Уходя).

А гулять... Об этом, кстати,
Попроси сестренку Катю.
Мальчик.
Катя, ты сегодня сможешь
Самолет дорисовать,
Или катер будем в ванной
Мы с тобою запускать.
Катя.
Скажешь тоже! Мне сегодня
В школе раньше надо быть,
Ведь контрольная сегодня,
Мне пора уж выходить.
А вчера знакомый Славка
Пригласил меня в кино.
Ни минуточки свободной,
Все расписано давно.
Уходит. Мальчик остается один, он в недоумении пожимает плечами.
Мальчик.
Тишина, сижу, зеваю...
Что же делать мне? Не знаю.
Может мне сейчас пойти
Маму новую найти...
-Давайте обсудим эту модель поведения в семье. (обсуждение с родителями)

Давайте посмотрим еще одну сценку
Русская северная сказка «Про семью про дружную всем такую нужную»
(инсценировка)

Выходит ребёнок, одетый в русский костюм. Это сказительница.
На сцене ширма в виде деревенского дома (фасад)

Ск:

В деревенском домике
С крылечком и трубой
Жили дед да баба
Дружною семьёй
(под музыку выходит баба)

Баба:

Я –бабушка Анюта
По дому хлопочу
Без дела ни минуты
Сидеть я не хочу *(садится на скамейку, берёт в руки вязание)*

(под музыку выходит дед)

Дед:

Какой же дом без мужика
Нужна здесь крепкая рука
Собачью будку сколотить
В сарае крышу починить *(садится на скамейку)*

Ск:

Двор большой у бабы с дедом
Рядом с домом хлев стоит
Там у них корова Зорька
Иногда она мычит *(за занавесом раздаётся мычание)*

Есть у них и пёс Барбос-
На него особый спрос *(под музыку вбегает пёс, лает, пробегает по кругу, останавливается)*
Сторож в доме нужен очень
Светлым днём и тёмной ночью! *(убегает за занавес)*

И конечно, кот Матрос
У него усы и хвост *(под музыку вбегает кот, мяукает, пробегает по кругу, останавливается)*
В шубке серенькой приличной
Ловит он мышей отлично *(убегает за занавес)*

Ну а рядом, в городе
Дети их живут
Мамою и папою
Их они зовут
Раз осеннею порой
Вирус гриппа очень злой
Ту деревню посетил,
Деда с бабою свалил
Дед: *(ложится на скамейку кашляет, охает,)*
Нету сил с печи подняться!

Баба:

К+ак с хозяйством управляться?

Ск:

Пёсика они зовут *(под музыку из будки выбегает Барбос)*

И задание дают

Баба:

Ох, Барбосик, помоги,
В город побыстрее беги
Дети пусть берут внучат
И скорей сюда спешат

Дед:

Заболели баба с дедом
Пусть уже скорее едут!

Ск:

В город поспешил Барбос
Весть недобрую понёс *(под музыку пёс убегает)*

Час прошёл, другой приспел
Вдруг снежочек закрипел,
Двери в избу отворились,
На пороге появились
Дети их, бегут, спешат
И с собой ведут внучат: *(из-за кулис выходят мама, папа (встают по обе стороны от родителей) и двое детей)*

Очень бойкого мальчишку
По прозвищу Никишка *(выходит вперёд)*
И весёлую девчонку
Кареглазую Алёнку *(выходит вперёд)*
(дети уходят за занавес – в дом)
И пошло тут сразу дело
Быстро, ловко и умело
Папа Никишки
Наколот дровишки
(папа под музыку колет дрова)

Папа

В печке пламень яркий
Будет в доме жарко *(несёт дрова в дом)*

Ск:

Мама Алёны
Чай даёт зелёный
Малину, травы, мёд
В тот чай она кладёт

Мама

(под музыку наливает чай,)
Пейте, согревайтесь
Скорее поправляйтесь!

несёт на подносе, подаёт деду и бабе, они выпивают, ставят на поднос чашки, мама берёт поднос и несёт на стол, возвращается, обнимает деда и баб, остаётся рядом)

Ск:

А внучата, ну поди ты!
И Алёнка, и Никита

По двору хлопочут бойко
Корм дают корове Зорьке (*из-за занавеса высовывается голова коровы*)
Алёнка (*даёт корове сено*)
Кушай, Зорька на здоровье
Будет молоко коровье

Ск:

Песика не забывают и кота не обижают

Никишка:

Косточки Барбосику
Он их любит очень (*подаёт миску собаке, собака гавкает с благодарностью*)

Алёнка:

Рыбки для Матросика
Он её так хочет! (*подаёт миску коту, кот мяукает с благодарностью*)
(*мальчик гладит собаку, девочка – кота, затем под музыку все собираются за стол*)

Ск:

Так и жили, не тужили
Деда с бабою лечили,
Двор в порядке содержали
Никого не обижали
Вечера мирком-ладком
Проводили за чайком
Деду с бабою нет горя
Отчего умчались хвори?
Да не от лекарств, конечно
А от теплоты сердечной
От заботы, ласки
Вот какая сказка!
Про семью про дружную

Все:

Всем такую нужную!

Приложение № 5

Модуль № 2

Младший, средний, старший дошкольный возраст

тема № 2

Анкета «Качество образования в соответствии с ФГОС ДО»

Приглашаем Вас принять участие в социально-педагогическом исследовании, целью которого является изучение качества услуг в области дошкольного образования. Просим Вас ответить на все вопросы анкеты.

Анкета анонимна. Результаты опроса будут использованы только в обобщенном виде.

Для ответа на вопрос сделайте следующее: прочитайте утверждение и сделайте отметку, которая в наибольшей степени соответствует вашему мнению:

3-согласен

2-трудно сказать

1- не согласен.

Заранее благодарны за сотрудничество.

Общая комфортность среды	
1.Мой ребенок ходит в детский сад с удовольствием	
2.Образовательная среда ДОО способствует выявлению и развитию способностей моего ребенка.	
3.Материалы, оборудование и мебель в детском саду и в группе соответствуют потребностям и потенциальным возможностям детей.	
Взаимодействие детей и взрослых	
1.Сотрудники детского сада проявляют доброжелательность, внимание, уважение к личности ребенка.	
2.Воспитатели привлекают внимание детей к эмоциональным состояниям друг друга, поощряют проявление сочувствия, сопереживания сверстнику, обучая социально приемлемым формам взаимодействия.	
3.Воспитатели учитывают индивидуальные поведенческие особенности каждого ребенка	
4.Сотрудники детского сада способствуют развитию у детей чувства собственного достоинства, осознания своих прав и свобод.	
5.Сотрудники детского сада создают ситуацию успеха, дают эмоциональную оценку всех достижений моего ребенка.	
6.Воспитатели предоставляют детям в течение всего дня самим выбрать занятия по интересам.	
Взаимодействие с семьями и социокультурным окружением	
1.Родители или другие члены семьи принимают активное участие в деятельности детского сада.	
2.Детский сад использует возможности внешней культурной среды (микрорайон, город и т.д.) для развития детей	
3. При желании родители могут присутствовать в группе, участвовать в экскурсиях совместно с детьми	
4.Учреждение открыто предоставляет публичную информацию о своей деятельности	

5.Мне известно, что детский сад принимает участие в различных конкурсах и фестивалях.	
Реализация образовательной программы	
1.Развивающая среда детского сада соответствует современным требованиям, она насыщена и разнообразна	
2.Образовательная программа ДООУ обеспечивает высокий уровень образования и воспитания детей	
3.Воспитатели и специалисты ДООУ развивают у детей способность к волевым усилиям в различных видах деятельности, умение доводить начатое дело до конца.	
4.Дети имеют доступ к различным источникам информации	
5.Педагоги ДООУ используют в работе с детьми современные формы и методы (аудио, видео записи, мульти-медийные презентации, обучающие компьютерные игры и т.д.)	
6.Я своевременно получаю информацию об усвоении моим ребенком образовательной программы	
Обеспечение безопасности жизнедеятельности, охрана здоровья детей	
1.В детском саду созданы условия для эффективной и безопасной организации совместной и самостоятельной деятельности детей.	
2.Детский сад надежно защищен от проникновения незнакомых людей и лиц, которые могут нанести вред ребенку.	
3.Я спокойно оставляю ребенка в детском саду.	
4.Медицинский персонал детского сада организует и контролирует оздоровительно-профилактическую работу с детьми.	
5.В детском саду сбалансированное, витаминизированное меню.	
6.Я своевременно получаю информацию об изменениях в состоянии здоровья моего ребенка, о травмах и т.д.	
Кадровое обеспечение	
1.Педагоги ДООУ компетентны, умеют дать нужный совет тактично и ненавязчиво.	
2.Благодаря помощи педагогов мне легче преодолевать сложности в воспитании моего ребенка.	
3.Сотрудники детского сада учитывают возрастные и индивидуальные особенности детей.	
4.Мне известно, что сотрудники детского сада регулярно повышают квалификацию	

НОД «Молоко, да каша – полезная пища наша»

Цели:

учить различать и называть виды круп: гречка, рис, манная крупа; закрепить знания детей о пользе молока и молочных продуктов в рационе детского питания; уточнить представления детей о разнообразии продуктов молочного происхождения; воспитывать положительное отношение детей к здоровому питанию.

Оборудование: плоскостной домик с окошком, игрушка - кот, стол, стулья; разные виды круп; бумажные тарелки с наклеенными на дно крупами, заготовки изюма, орехов, клубники из бумаги для украшения каши; кисти для клея, клейстер, клеёнки, салфетки; стаканы с молоком, накрытые салфетками, трубочки для коктейля; модели продуктов: творог, кефир, йогурт, сыр, сливки, глазированные сырки, сметана, масло сливочное; глубокие мисочки с разными крупами.

Предварительная работа: разучивание песни В. Абелян “Каша”, рассматривание разных круп, наклеивание крупы на бумажные тарелки.

Ход НОД

Воспитатель (*обращает внимание на силуэт домика*)

-Что за домик? В доме свет горит, На окошке котик серенький сидит, Бабушка Алена в домике живет. Наших ребятишек к себе в гости ждет!

(Воспитатель повязывает платок)

Бабушка

- Здравствуйте, внучата,

Милые ребята!

Ждем мы с котиком гостей,

Ну-ка, котик, выходи,

На ребяток погляди.

(Берёт котика - игрушку, дети здороваются с ним, гладят)

– Расскажите о котике, какой он? (*Мягкий, пушистый, добрый, игривый, здоровый*)

– Оттого мой котик такой шустрый и весёлый, что я кормлю его полезной пищей и забочусь о его здоровье. А что любите вы кушать?

Я рада, что вы едите пищу, полезную для детского организма. Это поможет вам расти крепкими и здоровыми. Ребята, я вам хочу подарить один из секретов здоровья. Это полезный чудодейственный напиток, который называется...? А вот как он называется, вы догадаетесь сами. Приглашаю вас в дом, проходите, пожалуйста, гости дорогие, присаживайтесь за столы. Попробуйте волшебный напиток и угадайте его название по вкусу. Кто догадается, скажите мне на ушко. А теперь дружно, громко, чтобы все услышали: «Напиток здоровья - это...» (*молоко*).

-Пейте, дети, молоко – будете здоровы!

Молоко коровье принесёт здоровье!

– Молоко даёт человеку силу, красоту, здоровье, потому что в нем самом много витаминов и других полезных для здоровья и роста детей веществ. Кто пьёт молоко - у того растут крепкие кости, белые зубки и появляется хорошее настроение. Скорее пейте молоко, запасайтесь витаминами.

– Какие продукты можно получить на основе молока? (*Творог, кефир, сметану, сыр, йогурт, сливочное масло, глазированные сырки*)

Игра «Магазин»

– Давайте поспешим в магазин «Бурёнушка» и купим полезные для здоровья молочные продукты.

Вот сколько их много в магазине. Но купить эти продукты вы сможете только после того, как отгадаете загадки.

Из него так много разных

Вкусных делают вещей!

И всегда, с пелёнок, сразу

Всех им кормят малышей.

Нам даёт его корова,

И, конечно, ты легко

Угадаешь это слово:

Это слово ... (*Молоко*)

Он жёлтым и солёным вышел,

Его так сильно любят мыши,
И в нём бывает много дыр.
Кто он? Конечно, это ... *(Сыр)*

Бутербродов без него
Просто не бывает.
В каши разные его
Часто добавляют.
Мажется легко оно,
И, конечно, ясно,
Имя есть ему одно,
Это имя: ... *(Масло)*

Он рыхлый, белоснежный,
На вкус бывает нежный,
С ним делают пирог,
Зовут его ... *(Творог)*

– Молодцы! Все угадали. Скажите, пожалуйста, что можно сварить из молока? *(Кашу, молочный суп, кисель)*

– Почему полезно кушать кашу на завтрак?

– Как вы думаете, почему о некоторых людях говорят: «Он мало каши ел?» – Да, вы правы, это говорят о слабых и хилых людях, которые не едят каш. У нас с утра много работы, занятий, на всё это нужно тратить немало сил, энергии, а в каше обилие полезных витаминов и веществ. Какую кашу вы любите больше всего?

– Давайте и мы с вами сейчас сварим вкусную молочную кашу.

Физминутка

(Исполнение отрывка из песни В. Абелян “Каша”)

На плите в кастрюле Каша пыхтела *(дети показывают)*

Всех ребятишек *(перед собой круг),*

Угостить хотела! *(соединив обе руки).*

Манная, манная *(Гладят животики):*

Каша желанная. *(правой рукой),*

Вкусная, нежная, *(левой рукой).*

Очень полезная! *Показывают большой палец, обеими руками.*

– Вот какая вкусная получилась каша. Возьмите тарелочки с любимой кашей. Какую кашу ты сварила, Оля? А ты, Стёпа?

– Каждая каша по-своему вкусна и полезна. Кто знает, как можно сделать кашу ещё более аппетитной? (*Добавки в нее положить: орехи, фрукты, изюм, курагу и т. д.*)

Игра «Найди добавку» с массажем рук

– Я предлагаю вам стать кулинарными художниками и украсить свою кашу добавками, Их вы найдёте в мисочках с крупой. Опускайте руки в крупу и на доньшке миски ищите добавки. Кто нашёл – выкладывайте на свою кашу, когда найдёте все добавки, можете приклеивать их.

Приложение № 7

Модуль № 2

Младший дошкольный возраст

тема № 3

Консультация для родителей:

«Воспитание у детей культуры поведения за столом»

Организация детского питания напрямую связана со столовым этикетом и решением воспитательных задач — формированием у детей культуры поведения за столом. Знакомство и овладение навыками столового этикета позволяет ребенку быть уверенным в себе. Задача воспитателей, а также родителей — научить дошкольника правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами, быть обходительными в застольном общении.

Уже с раннего возраста следует вырабатывать правильное отношение к еде, разным блюдам, умение пользоваться столовыми приборами и салфетками. Воспитатель учит детей мыть руки перед едой, правильно сидеть во время приема пищи: не откидываться на спинку стула, не расставлять локти и не ставить их на стол. Педагог должен следить, чтобы во время еды воспитанники не спешили, не отвлекались и не играли столовыми приборами, не набивали рот и не разговаривали при этом и т. д.

Обучать правилам поведения за столом можно как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. Завтракая и обедая

вместе с детьми, воспитатель должен демонстрировать им красоту этикета, разумность и необходимость его соблюдения.

Формировать культурно-гигиенические навыки необходимо последовательно и постепенно с учетом возрастных особенностей ребенка.

Обучение правилам этикета начинается с 3-летнего возраста с последующим усложнением на каждом возрастном этапе дошкольного детства.

Во время приема пищи на чистом столе должны находиться общие предметы, необходимые во время еды: солонка, хлебница, салфетница, по возможности ваза с цветами.

По необходимости следует разрешать детям обращаться к сидящим за столом людям, при этом не следует одергивать, делать им бесконечные замечания. Воспитателю целесообразно находиться за столом вместе с детьми, поскольку взрослый человек способен создать дружескую атмосферу. Своим примером он ненавязчиво приучает их к хорошим манерам, может оказать помощь в трудный момент. Не следует допускать, чтобы прием пищи превратился в поле битвы за хорошие манеры детей. Они приобретаются путем многократных упражнений, а также благодаря среде, в которой постоянно находятся воспитанники.

Приучая малыша к новому блюду, рекомендуется подавать не весь его объем, а немного, делая акцент на том, что его порция меньше.

Прежде всего следует обеспечить постоянное выполнение установленных гигиенических правил, объясняя их значение. На первых порах важно помочь ребенку освоить тот или иной навык. Не следует торопить дошкольника, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (например, намыливает руки). Ни в коем случае нельзя выполнять это действие за него. Осваивая новый навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он приучается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. При этом взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли дошкольник сделать необходимое действие. В дальнейшем воспитатель предоставляет ему почти полную самостоятельность, но постоянно проверяет соблюдение навыков. Хорошо сформированные действия выполняются ребенком легко и быстро, по собственной инициативе и без каких-либо напоминаний. Если он и забудет о чем-то, например, сядет за стол, не вымыв руки, то малейшего напоминания оказывается достаточно, чтобы он исправил свою ошибку.

Общение с детьми во время еды требует тщательной психологической подготовки. Известно, что поддерживать беседу — это мастерство, научиться которому не так уж легко. Главное — разговоры не должны носить ни обучающего, ни назидательного характера. Темы должны быть нейтральными, например, можно поговорить о продуктах, из которых приготовлен обед, о том, что из еды больше всего детям нравится, и т. д. При этом пожелание "приятного аппетита" — обязательно!

Знание столового этикета формирует у ребенка уверенность. Введение определенных правил должно быть постепенным, обучающим.

Следует обратить внимание и на гостевой этикет. Воспитатель должен ознакомить дошкольников с правилами в различных этикетных ситуациях, связанных с общением.

Как правило, дети любят ходить с родителями в гости и приглашать к себе друзей. Они могут чувствовать себя в чужом доме свободно или, наоборот, скованно, могут быть радушными или равнодушными и эгоистичными. Знание гостевого этикета способствует освоению навыков доброжелательного общения. Поэтому дошкольников надо обучать правилам поведения в гостях и приема их в своем доме. В гостевых отношениях большую роль играет этикет подарка, и важно учить детей правильно его выбирать, преподносить и принимать.

Психологические аспекты организации питания детей требуют внимания к качеству предлагаемых им блюд, соответствию пищи требованиям растущего организма, разнообразию меню и непосредственно процедуре приема пищи.

Воспитать у детей привычку есть разнообразную пищу — дело достаточно трудное, но выполнимое. Каждая мама знает, какой у ребенка аппетит; насколько разнообразную пищу он ест, насколько у него избирательное отношение к ней; приучен ли ребенок к самостоятельности или его надо кормить. Иногда в семье не уделяется должного внимания формированию правильного отношения к еде. У одних выражена привычка употреблять однообразную пищу (например, сосиски или макароны), у других — только любимые блюда, а некоторые просто не приучены самостоятельно питаться.

Все эти задачи — слагаемые культуры поведения за столом. Решать их необходимо прежде всего на уровне семьи, но и не без помощи педагогов дошкольного учреждения.

Формирование культуры трапезы

К 2-3 годам у малыша появляются все молочные зубы, и ребенок может и должен хорошо освоить и закрепить навык жевания. Его организму нужны только доброкачественные продукты; кулинарная обработка должна быть щадящей. Очень важен правильный подбор продуктов, содержащий белок, соли кальция, фосфора, фтора, витамины D, A. Полезны плотные продукты, в которых много клетчатки, например, сырая морковь, яблоки, кусочки свежей капусты.

У каждого малыша есть свои привычки и вам придется считаться с ними. Часто дети отказываются есть нелюбимую или незнакомую пищу. Здесь стоит пойти на компромисс:



- можно уменьшить порцию, убрав часть гарнира,
- нарезать бутерброд или яблоко на несколько частей,
- попросить малыша только попробовать блюдо,
- замаскировать незнакомую пищу уже знакомой.

НА ЧТО НАДО ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ

- Последовательность блюд должна быть постоянной.
- Перед ребенком можно ставить только одно блюдо.
- Блюдо не должно быть ни слишком горячим, ни холодным.
- Полезно класть пищу в рот небольшими кусочками, хорошенько пережевывать.
- Не надо разговаривать во время еды.
- Рот и руки - вытирать бумажной салфеткой.

ЧЕГО НЕ СЛЕДУЕТ ДОПУСКАТЬ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ



- Громких разговоров и звучания музыки.
- Понуканий, поторапливания ребенка.
- Насильного кормления или докармливания.
- Осуждения малыша за неосторожность, неопрятность, неправильное использование столовых приборов.
- Неэстетичной сервировки стола, некрасивого оформления блюд.

После окончания еды малыша нужно научить полоскать рот.

КАК НЕ НАДО КОРМИТЬ РЕБЕНКА СЕМЬ ВЕЛИКИХ И ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ "НЕ"

1. **Не принуждать.** Поймем и запомним: пищевое насилие - одно из самых страшных насилий над организмом и личностью, вред и физический и психический. Если ребенок не хочет есть - значит, ему в данный момент есть не нужно! Если не хочет есть только чего-то определенного, - значит, не нужно именно этого! Никаких принуждений в еде! Никакого "откармливания"! Ребенок не сельскохозяйственное животное! Отсутствие аппетита при болезни есть знак, что организм нуждается во внутренней очистке, сам хочет поголодать, и в этом случае голос инстинкта вернее любого врачебного предписания.

2. **Не навязывать.** Насилие в мягкой форме: уговоры, убеждения, настойчивые повторения предложения. Прекратить - и никогда больше.

3. **Не ублажать.** Еда - не средство добиться послушания и не средство наслаждения; еда - средство жить. Здоровое удовольствие от еды, конечно, необходимо, но оно должно происходить только от здорового аппетита. Вашими конфетками вы добьетесь только избалованности и извращения вкуса, равно как и нарушения обмена веществ.

4. **Не торопить.** Еда - не тушение пожара. Темп еды - дело сугубо личное. Спешка в еде всегда вредна, а перерывы в жевании необходимы даже корове. Если приходится спешить в школу или куда-нибудь еще, то пусть ребенок лучше не доест, чем в суматохе и панике проглотит еще один недожеванный кусок.

5. **Не отвлекать.** Пока ребенок ест, телевизор должен быть выключен, а новая игрушка припрятана. Однако, если ребенок отвлекается от еды сам, не протестуйте и не понукайте: значит, он не голоден.

6. **Не потакать, но понять.** Нельзя позволять ребенку есть что попало и в каком угодно количестве (например, неограниченные дозы варенья или мороженого). Не должно быть пищевых принуждений, но должны быть пищевые запреты, особенно при диатезах и аллергиях. Соблюдение всех прочих "не" избавит вас от множества дополнительных проблем.

7. Не тревожиться и не тревожить. Никакой тревоги, никакого беспокойства по поводу того, поел ли ребенок вовремя и сколько. Следите только за качеством пищи. Не приставать, не спрашивать: "Ты поел? Хочешь есть?" Пусть попросит, пусть потребует сам, когда захочет, так будет правильно - так, только так!

Если ребенок постарше, то вы можете сообщить ему, что завтрак, обед или ужин готов, предложить поесть - все, более ничего. Еда перед тобой: ешь, если хочешь.

Приложение № 7

Модуль № 2

Средний дошкольный возраст

тема № 1

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Какие домашние обязанности выполняет ваш ребенок?
- Какое из занятий дома ребенок любит больше всего?
- Поощряете ли вы попытки ребенка оказать вам помощь в домашнем труде?
- Чем вы занимаетесь дома с ребенком?

МОЖЕТЕ ЛИ ВЫ?

- В любой момент оставить все дела дома и заняться ребенком?
- Посоветоваться с ребенком, несмотря на его возраст?
- Признаться ребенку в ошибке, совершенной по отношению к нему?
- Извиниться перед ребенком в случае, если вы были не правы?
- Владеть собой и сохранить самообладание, даже если проступок ребенка вывел вас из себя?

Приложение № 8

Модуль № 2

Средний дошкольный возраст

тема № 3

НОД: Беседа - занятие: «Полезная и вредная пища».

Цель: Дать понятие о правильном питании; закрепить знания о продуктах питания; вызвать желание заботиться о своем здоровье; учить проявлять заботу.

Ход беседы-занятия.

Педагог предлагает детям приготовить вкусный завтрак для кукол, которые живут в группе.

Воспитатель:

Сначала нужно решить, что мы будем готовить. Давайте приготовим то, что вы больше всего любите кушать. (Каждый ребенок называет свои любимые блюда.) Как много всего вы назвали, молодцы. Но, наверное, нашим куклам не стоит так много всего есть. Ведь, если съесть слишком много пищи, может заболеть живот, может стошнить. А что еще может произойти? (Дети делятся соответствующим личным опытом.)

Давайте решим, что мы приготовим. Сегодня у нас будет вкусный завтрак. Что мы с вами едим на завтрак каждый день? (Каша, омлет, яйцо, хлеб, молоко, чай и т.) Нам нужно купить все необходимое в магазине. Давайте поспешим в магазин «Бурёнушка» и купим полезные для здоровья молочные продукты.

Все вместе «идут в магазин», роль продавца исполняет воспитатель, который спрашивает, что дети хотят купить. В диалоге воспитателя и детей называются полезные продукты. Продавец, «делая рекламу», расхваливает все продукты, в том числе конфеты, пирожные и другие сладости. Но дети должны выбрать только продукты для приготовления завтрака, а не покупать все, что им хочется. Вот сколько много продуктов в магазине. Но купить полезные продукты для завтрака вы сможете только после того, как отгадаете загадки.

Из него так много разных
Вкусных делают вещей!
И всегда, с пелёнок, сразу
Всех им кормят малышей.
Нам даёт его корова,
И, конечно, ты легко
Угадаешь это слово:
Это слово ... (*Молоко*)

Он жёлтым и солёным вышел,
Его так сильно любят мыши,
И в нём бывает много дыр.
Кто он? Конечно, это ... (*Сыр*)

Бутербродов без него
Просто не бывает.
В каши разные его
Часто добавляют.
Мажется легко оно,
И, конечно, ясно,

Имя есть ему одно,
Это имя: ... (*Масло*)

Он рыхлый, белоснежный,
На вкус бывает нежный,
С ним делают пирог,
Зовут его ... (*Творог*)

Белая водица всем нам пригодится,
Из водицы белой всё, что хочешь, делай:
Сливки, простоквашу, масло в кашу нашу,
Творожок на пирожок, кушай, Ванечка, дружок! (*Молоко*)

Все вместе готовят вкусный завтрак и накрывают на стол, затем кормят кукол. В процессе идет разговор о том, что полезно и нужно есть в завтрак, а что не очень полезно; какие продукты нужно есть реже, чем остальные.

Приложение № 9

Модуль № 2

Старший дошкольный возраст

тема № 3

«КАПУСТНИК»

Ход НОД

Цель:

Обобщение знаний учащихся о характерных признаках осени.

Знакомство с русскими народными традициями.

Задачи:

- расширять знания детей о традициях и обычаях проведения календарно-обрядового праздника «Капустник» и кругозора детей;
- развивать интерес и уважение к народным традициям;
- воспитывать любовь к русским народным песням, танцам, пословицам, поговоркам, умение постигать народную мудрость, спрятанную в слове;
- вызвать чувство восхищения жизнью и развлечениями наших далеких предков;

- развивать эмоционально-чувственную сферу детей, образное мышление, творческое воображение, выразительную речь;
- Развитие сотрудничества с родителями;

Оборудование: выставка разных сортов капусты, блюда из капусты, русские народные костюмы, картинки русской печи, кухонная утварь.

Предварительная работа: разучивание с детьми загадок, пословиц, поговорок и стихов, прослушивание русских народных песен, заучивание русских народных хороводов.

Ведущий (В русском сарафане, кланяется):

Здравствуйте дорогие ребята, уважаемые гости приглашаем всех вас в нашу горницу, на осенние посиделки, садитесь поудобнее. Как гласит народная пословица: «В тесноте, да не в обиде».

Осень! Славная пора!
Любит осень детвора.
Сливы, груши, виноград-
Всё поспело для ребят.
И арбуз увидев важный,
Оживится детвора-
И радушно скажет каждый:
Здравствуй, осени пора!
Журавли на юг летят,
Здравствуй, здравствуй, осень!
Приходи на праздник к нам,
Очень, очень просим!

Осень

(Осень с братьями месяцами выходит)

ОСЕНЬ:

Вы обо мне? А вот и я!
Привет осенний вам, друзья!
Вы рады встретится со мной?
Вам нравится наряд лесной?
Осенний сад и парки?
Я пришла в гости к вам
Петь и веселиться.
Я хочу со всеми здесь
Крепко подружиться.
-Но пришла я к вам не одна, а вместе со своими месяцами. Узнайте их?

СЕНТЯБРЬ:

Опустел наш школьный сад,
Паутинки вдаль летят,

И на южный край земли
Потянулись журавли.
Распахнулись двери школ,
Что за месяц к вам пришёл?

ОКТАБРЬ:

Всё мрачней лицо природы:
Почернели огороды,
Оголяются леса,
Молкнут птичьи голоса,
Мишка в спячку завалился,
Что за месяц, подскажите?

НОЯБРЬ:

Поле чёрно- белым стало.
Падает то дождь, то снег,
А ещё похолодало,
Льдом сковало воды рек.
Мёрзнет в поле озимь ржи,
Что за месяц, подскажи?

За правильные ответы осень раздаёт детям осенние листья

ОСЕНЬ: - Молодцы ребята, отгадали моих братьев!

Ведущий: - Осень бывает разной: то теплой, как летом, когда летают паутинки, то золотой, когда листья окрашиваются в разные цвета, то сумрачной, хмурой, когда наступает поздняя осень, становится холодно, зима стоит уж на пороге.

Об осени сложено огромное количество песен и стихов. Давайте одну из них мы споём, а осенние месяцы помогут.

Ведущий: - Про осень русский народ сложил много пословиц и поговорок. Я буду начинать пословицу, а вы, ребята, продолжайте

Пословицы:

Осень - запасиха, зима - подбериха.

Сентябрь пахнет яблоком, октябрь — капустой.

В ноябре с утра может дождь дождить, а к вечеру сугробами снег лежать.

«Без капусты щи не густы!»

«Капуста не пуста, сама лезет в уста»

Ведущий: - Ребята давайте представим, что мы живём много-много лет назад, когда не было телевидения, компьютеров. Наступала осень. И когда работы в поле и огороде были закончены, можно было и отдохнуть. Осенью люди устраивали разные праздники, где пели песни, водили хороводы,

играли и шутили. С обрядом одного такого праздника мы сегодня и познакомимся. Чему он был посвящён, вы узнаете, отгадав загадку:

Я на грядке уродилась,
В сто одежек нарядилась.
Все одежки без застёжки,
Кочерыжка вместо ножки. (Капуста)

- Да и праздник посвящался капусте и назывался он «Капустки», или «Капустник». Вот и мы с вами сегодня собрались на «Капустник». Но хотя капуста и будет главной на нашем празднике, но и про другие овощи мы не будем забывать.

ОСЕНЬ: (Держит в руках капусту)

-Капустник – это осенний праздник, и собирались на него в конце октября и ноябре, когда была убрана вся капуста. По старинному народному обычаю её начинали срезать только после православного праздника Покрова Святой Богородицы, который отмечается 14 октября. Когда выпадал первый снег, бывали первые морозы, которые убивали горечь в капусте, и тогда её можно было солить. Капуста считалась самым любимым овощем на Руси, недаром ее величали «первой барыней на деревне». Наши предки считали капусту источником силы и здоровья. С давних времён люди употребляют в пищу капусту, в том числе и как лекарство. И были правы. Уже доказано, что по количеству витамина С капуста обгоняет апельсины, а кальция в ней больше, чем в молоке. (На столе выставка разных сортов капусты)

- Посмотрите на этом столе собраны разные сорта капусты. А как они называются вы знаете? Дети сравнивают капусту по цвету, форме, размеру. (Белокочанная, краснокочанная, цветная, кольраби, брюссельская, савойская, пекинская)

Ведущий: - «Капустник»- праздник особый на нём не только веселились, но и трудились.

В русской деревне было принято на Капустник собирать гостей сначала в одной избе, потом в другой, потом в третьей. Хозяйка встречала гостей с хлебом-солью и говорила им такие слова: (берёт каравай)

Проходите красны девицы и добры молодцы ко мне в избу.

Нынче будет праздник Капустник, помогите мне насечь капустки – матушки. Гости помогали хозяевам рубить и солить капусту. Работали весело с шутками, песнями и загадками.

Эй, подружки, выходите да капусту порубите.

Пособите мне капусту порубить,

Пособите-ка её мне усолить!

Выходят красные девицы к столу, имитируют рубку капусты.

Мы капусту рубим, рубим,
Мы морковку трём, трём.
Мы капусту солим, солим.
Мы капусту мнём, мнём
Да в кадушечку кладём.

-Осенние месяцы тоже предлагают разгадать загадки.

Загадки «Об овощах»

- Орехи в земле, листья на земле. (Картошка.)
- Над землей трава, под землей - алая голова. (Свекла.)
- Красная девица росла в темнице. (Морковь.)
- Рос ребенок - не знал пеленок, стал стариком — сто пеленок на нем. (Капуста.)
- Сидит баба на грядках - вся в заплатках, кто заплатку оторвет, тот заплачет и уйдет. (Лук.)
- Лежит Егор под межой, накрыт зеленой фатой. (Огурец.)
- Растет на грядке зеленая ветка, а на ней - красные детки. (Помидор.)
- Сидит Федосья, распустивши волосья. (Лук.)
- Кругла, да не луна, с хвостом, да не мышь, красна, а не девица. (Свекла.)

(Братья месяцы проходят на свои места)

Ведущий: - Молодцы! Предлагаю поиграть в игру «Чудесный мешочек», сможете ли вы узнать овощи на ощупь?

Игра «Чудесный мешочек»

(овощи: картофель, лук, помидор, огурец, капуста, свёкла, чеснок, морковь)

Ведущий: - Молодцы! А теперь предлагаю поиграть в игру «Узнай на вкус», сможете ли вы узнать овощи и фрукты на вкус?

Игра «Узнай на вкус»

(овощи: лук, помидор, огурец, капуста, свёкла, морковь; фрукты: яблоки, груши, слива и т.д.)

ОСЕНЬ: - А знаете ли вы, о чем мечтают овощи? Мы сейчас узнаем, посмотрев инсценировку «Разговор овощей».

Инсценированное стихотворение «Разговор овощей».

Ведущий:

О чем же мечтает зеленая грядка?

Для нас, для людей, это - тайна, загадка.
Я вам расскажу, эту странную тайну,
Ее я услышала на грядке случайно.
Капуста сказала:
Капуста:
«Мечтаю я - в щи.
Таких ведь, как я, ты пойдя поищи!
Я знаю, что щи без меня невозможны,
Прожить без капусты несказанно сложно!»

Ведущий:
Ворчал недовольно большой помидор...

Помидор:
«Какой вы, сударыня, мелете вздор!
Прожить без капусты - да сущий пустяк!
А вот без меня - это точно - никак!
Мечтаю попасть я в осенний салат».

Ведущий:
Сказал темно-бурый ворчливый томат.

Ведущий:
Морковка- хвастушка с подружкой петрушкой
Смеялись над ними (ведь вот хохотушки!).

Морковка, петрушка: (вместе)
«Без вас обойдется народ, господа,
А без корнеплодов - увы - никуда!»

Ведущий:
Бессмысленный спор прекратила картошка:

Картошка:
«Друзья, прекратите! Остыньте немножко!
Мы все человеку важны - это факт:
Капуста, морковь, петрушка, томат.
Ведь в нас - витамины, полезный белок.
На стол к человеку мы явимся в срок.
Поверьте, что сбудутся наши мечты,
И мы попадем в свой черед в животы».

Ведущий:
Такой разговор я услышала на грядке,
И поняла, что будем мы в полном порядке,

Ведь овощи сами на кухню хотят,
Чтоб взрослых кормить и веселых ребят.

Ведущий:

- Ребята, а можно ли сразу, сорвав овощ с грядки кушать его?
-Что нужно сначала с ним сделать? (Ответы детей)

Осень:

А капуста-то трещит,
А капуста-то хрустит,
Сто одёжек нацепила,
И частушки спеть велит!

Частушки

1.Капуста моя,
Все четыре кочана.
Никогда я не плясала,
Только нынче начала!

2.Я могу капусту квасить,
От безделья не грущу.
Приходите ко мне в гости
Всех капустой угощу.

3. От капусты голова
И свежа-то, и ясна.
Кто капусту ест всегда
Не болеет никогда.

4.Ты позавтракай капустой
И весь день не будешь грустный.
Жуй капусту каждый день-
Будешь стройный, как олень.

5. Ходит Катя между гряд,
Выдирает все подряд:
Где капуста, где сорняк
Не поймет она никак.

6.Мы пропели вам частушки,
Вы скажите от души:
«Хороши частушки ваши,
И вы тоже хороши!»

Осень:- Скажите, а какие блюда готовят из капусты? Давайте поиграем в игру «Ты катись, катись, капустка...»

Вместе.

Ты катись, катись, капустка,

Веселее по рукам.

У кого сейчас капустка,

Называй скорее нам.

(Встают в круг и передают друг другу кочан капусты. У кого на последние слова окажется капуста, называет, что готовят из капусты (салат, пироги с капустой, капустные котлеты, голубцы, тушёная капуста, и т.д.)

- А сейчас, давайте выберем ингредиенты для борща.

Рисунки: кастрюля, свёкла, лук, морковь, картофель, капуста, мясо, зелень, соль, огурец, тыква. (Дети выбирают ингредиенты для борща и помещают а кастрюлю).

Ведущий: - А наши мамы настоящие хозяйшкИ. Они капусту ценят, уважают и вот какими блюдами сегодня удивляют! Мамаы с детьми приготовили блюда из капусты, сейчас они о них расскажут.

«Презентация блюд с использованием капусты»

Ведущий: Спасибо нашим родителям за труд и старание.

Капусту люди уважают,

Её за обе щёки уплетают.

С ней делают салаты, супы и голубцы...

Едите вы капусту? Тогда вы молодцы!

ОСЕНЬ:

Ой, порадовали вы меня, ребята!

-Так не хочется от вас уходить,но, увы,пора....!

-Но хочу вам на прощание сказать вот что:

Чтоб здоровым, сильным быть,

Нужно овощи любить.

Все без исключения.

В этом нет сомнения!

Ведущий:

-Вот и подошли к концу наши посиделки, скажите, что вам больше всего понравилось на наших посиделках? (Ответы детей)

- Что вы узнали о традиции праздника «Капустник»? (Ответы детей)

-Ребята, вам большое спасибо за активную работу на занятии.

-На праздники у русских людей всегда было принято угощать гостей, особенно щедрыми были осенние праздники.

Мы тоже с ребятами и родителями приглашаем всех за стол, попробовать блюда из капусты.

Приложение № 10

Модуль № 2

Старший дошкольный возраст

тема № 3

«Знакомство со старинной кухонной утварью»

Программное содержание:

Образовательные задачи: знакомить детей с бытом и жизнью людей в старину, дать знания о старинной посуде. Расширять знания детей по теме: «Посуда». Закрепить знания частей предмета и их назначение. Активизировать мыслительную деятельность детей, учить разгадывать загадки и разрешать проблемные ситуации. Расширять словарный запас детей. Закреплять умение согласовывать прилагательные с существительными в роде, числе, падеже.

Развивающие задачи: развивать внимание, память, восприятие, речь.

Воспитывающие задачи: прививать интерес к русской истории и культуре. Воспитывать любовь к русским традициям, желание помочь.

Словарная работа: чугунок, самовар, ухват, железный, деревянный, чугунный, блестящий, глиняный, расписные, лучина.

Предварительная работа: рассказывание русских народных сказок «Три медведя», «Маша и медведь», «Жихарка», «Гуси-лебеди»; чтение сказки К.И. Чуковского «Федорино горе»; рассматривание иллюстраций о жизни людей в старину; организация в группе мини-музея старинных вещей; познавательные занятия «Изба», «Мебель вчера и сегодня».

Оборудование и материалы: макет русской печи, предметы музейной комнаты – ухват, чугунок, самовар, деревянные ложки, глиняный и деревянный горшки, сосновые шишки, лучина, разрезные картинки с изображением чайника.

Интеграция образовательных областей: «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Физическое развитие».

Ход занятия

Занятие проходит в музейной комнате «Родная старина».

В музейную комнату заходит плачущая Федора.

Федора: Ох, и бедная же баба я. И плачу, и плачу одна. Села бы я за стол, да стол за ворота ушёл, сварила бы щи да в чём? Пойди теперь, поищи. И чашки ушли, и стаканы. Остались одни тараканы. Ой, горе мне Федоре, горе.

Воспитатель: Здравствуйте, уважаемая, Федора. Неужели от вас опять убежала посуда?

Федора: Да, сбежала. Долго я искала её, волшебный клубок привёл меня в вам в музейную комнату. Не видели ли вы мою посуду? Помогите мне найти, пожалуйста. Хоть и старинная она у меня посуда, но мне без неё не обойтись.

*Дети говорят, что в музейной комнате есть старинная посуда
(показывают).*

Федора: Ой, так вот же она. Как я рада, что нашлась потеря. А в благодарность за это я вам сейчас расскажу интересную историю про вещи и предметы далёкой старины, когда ещё на свете не было ни автомобилей, ни электрических лампочек.

Федора: Ребята, назовите, что у меня на столе? (Ответы детей, если затрудняются, Федора помогает.)

Федора: Как это можно назвать одним словом?

Федора: Правильно. Как вы думаете, в каком из этих предметов хозяйки варили суп, кашу? Покажите его и назовите. (Если дети затрудняются, Ф. называет)

Федора: Чугунок. Рассмотрите его, потрогайте. Какой чугунок? Да, чугунок холодный, гладкий, тяжёлый, тёмный. Что у него есть? (Ответы детей.). Скажите, из какого материала он сделан? (Из железа.) Значит, он какой ... железный. Ребята, это особое железо. Оно очень толстое, прочное, его называют чугуном. Поэтому и называли чугуном. Повторите. Да, он железный, а это хорошо? (Прочный, не сломается, не сгорит в печи.)

Федора: Но то, что он железный – плохо, почему? (Тяжёлый, может нагреться и обжечь.)

Федора: А если бы его сделали из дерева, то он стал бы каким? (Деревянным.) Деревянный чугунок – это хорошо. Почему? (Он тёплый, не обожжётся.)

Федора: Но деревянный чугунок – это и плохо. Почему? (Ответы детей.)

Федора: А если глиняный? Это было бы хорошо? (Ответы детей.) Да, он лёгкий, не сгорит в печи, красивый. Но глиняный горшок – это и плохо. Почему? (Ответы детей.)

Федора: Всё-таки, ребята, хорошо, что чугунок железный. Хоть он и тяжёлый, но его можно поставить в печь, не боясь, что он сломается, сгорит. В нём можно варить. А чтобы не обжечься о горячий чугунок, в старину умельцы придумали для хозяек помощника. А поможет вам найти его среди предметов музея такая **загадка**:

Кто в избе рогат? (Ухват.)

Скажем все вместе: ухват.

С помощью ухвата передвигали горшки и чугуны в печи, их также можно было вынуть или установить в печь. Рассмотрите его, из чего сделан ухват, какой он? (Ответы детей.) Сделан просто – длинная деревянная ручка, на её конце прикреплены железные рожки или рогатка округлой формы, с её помощью можно обхватить чугунок или горшок за бока. Почему ручка сделана из дерева, а рожки из железа? (Ответы детей.) А теперь попробуйте сами поставить горшок с помощью ухвата.

Федора предлагает детям потренироваться: вытащить горшок из печи с помощью ухвата.

Что используют ваши мамы сегодня для приготовления супа, борща, каши? (Кастрюлю.) Какое интересное слово – кастрюля. Сравните чугунок и кастрюлю. А она похожа на чугунок? (Ответы детей.) А чем различаются? (Ответы детей.) А в чугунке, да в русской печи такой вкусный борщ получается.

- А сейчас, давайте выберем ингредиенты для борща.

Рисунки: чугунок, свёкла, лук, морковь, картофель, капуста, мясо, зелень, соль, огурец, тыква. (Дети выбирают ингредиенты для борща и помещают а чугунок).

Федора: Ну, вот хозяйка сварила суп или кашу. В старину чугунок с едой ставили на середину стола, за которым сидела вся семья. А чем же ели? (Ложкой.)

Федора: Правильно. Какая ложка? Рассмотрите, потрогайте её. (Деревянная, лёгкая, гладкая, расписная.) Почему ложку сделали из дерева, а не из железа? (Ответы детей.)

Федора: Верно. Ложки вырезали из липы, так как в те далёкие времена это был самый доступный материал. Они были лёгкие, не нагревались от горячей пищи. Носили ложки в специальном мешочке у пояса или клали в сапог. По этому поводу народ придумал поговорку: «Запасливый гость без ложки не ходит». Потом народные умельцы стали ложки расписывать и раскрашивать.

Физминутка

«Посуда»

Координация речи с движением, закрепление в речи относительных прилагательных

Вот большой стеклянный чайник, Очень важный, как начальник.	(Надули животик: одна рука на поясе, другая изогнута, как носик.)
Вот фарфоровые чашки, Очень хрупкие бедняжки.	(Присели, одна рука на поясе.)
Вот фарфоровые блюдца, Только стукни – разобьются.	(Кружатся, рисуя кругами круг.)
Вот серебряные ложки, Голова на тонкой ножке.	(Потянулись, руки сомкнули над головой.)
Вот пластмассовый поднос, Он посуду нам принес.	(Легли на ковер, вытянулись.)

Н. Нищева

Федора: Какие вы, ребята, весёлые да задорные. Теперь хочу вам рассказать про моего самого любимого и дорогого... Ой, я лучше загадку про него загадаю:

Стоит толстячок, блестит бочок,
Шипит, кипит, всем чай пить велит.

Что это, догадались? Правильно, самовар.

В старину особой гордостью у людей был самовар. Первые самовары были изготовлены на Урале. Что есть у самовара? (Крышка, дно, стенки, две ручки, кран, четыре ножки.) Какой самовар? (Большой, блестящий, железный, тяжёлый.) Давайте заглянем внутрь самовара. (Ф. поднимает крышку, показывает ёмкость для воды, трубу.) Вот сюда наливали воду. В трубу засыпали сухие сосновые шишки или угольки. Положите шишки. На улице их поджигали лучиной и раздували огонь сапогом. Вода в самоваре закипала и долго оставалась горячей. Поэтому хозяйки могли лишней раз не растапливать печь и экономить дрова. Наверху самовара, вот здесь, устанавливали маленький чайник для заварки. Вместо заварки использовали

травы, которые хранили в деревянной посуде. (*Достаёт, показывает.*)
Понюхайте, какие они душистые, напоминают нам о лете, солнце.

Воспитатель: Ой, Федора, а чайничек сломался. Ребята, поможем? Вот вам разрезные картинки, соберите из частей заварочный чайник.

Дети проходят к большому столу, на котором лежит для каждого набор картинок из частей. Дошкольники складывают изображение, показывают воспитателю и Федоре, рассказывают об узоре на чайниках. Федора радуется и благодарит ребят.

Федора: Спасибо вам, ребята, за то, что сохранили мою посуду. Обещаю точно вам: больше посуду не обижать, буду-буду я посуду и любить, и уважать. Вечером милости прошу ко мне в гости, пить чай из самовара, с баранками да вареньем.

Воспитатель: Ребята, вам понравилось занятие? Что мы делали на занятии? Что вам было легко, а что трудно?

Приложение № 11

Модуль № 2

Старший дошкольный возраст

тема № 3

Тест для старших дошкольников «Здоровое питание»

Тест используется для проверки знаний дошкольников, участвующих в проведении дня «Разговор о правильном питании».

Обследование проводится с каждым ребенком индивидуально: дети под руководством педагога отвечают на вопросы теста; затем педагог подсчитывает соответствующее количество очков и определяет уровень сформированности у детей навыков правильного питания.

1. Ежедневно ли ты кушаешь овощи?

- ежедневно 10
- редко 5
- не ем совсем 0

2. Если на обед предложено несколько супов, который их них ты выберешь?

- овощной 10

- с крупой 5

- с лапшой 0

3. Что ты предпочитаешь в качестве гарнира?

- овощи 10

- крупы 5

- макаронные изделия 5

4. Ты бы хотел, чтобы каждый прием пищи завершался:

- компотом 5

- какао 10

- чаем 0

5. На десерт ты используешь:

- фрукты 10

- мороженное 5

- конфеты 0

6. Перед сном употребляешь:

- кефир 10

- яблоко 5

- чай с булочкой 0

7. На второе ты выберешь какое блюдо?

- рыбу 10

- мясо 5

- творог 5

Результаты теста:

5-35 баллов- питание неполноценно, навык правильного питания не сформирован

40-60 баллов- сбалансированность питания не полная, навык правильного питания сформирован частично

65-75 баллов- питание полноценное, сбалансированное, навык правильного питания сформирован

Приложение № 12

Модуль № 3

Младший дошкольный возраст

тема № 1

Текст опросника Эйдемиллера. (для родителей детей в возрасте 3-10 лет)

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).

2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) — пообщаться, поиграть.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которые не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался (догадалась) сам(а).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей — уход за собой, поддержание порядка — чем большинство детей его возраста.
6. Моего ребенка очень трудно заставить сделать что-нибудь, что он не любит.
7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильно ли поступают их родители.
8. Мой сын (дочь) легко нарушают запреты.
9. Если хочешь, чтобы твой(я) сын (дочь) стал(а) человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, я стараюсь не наказывать сына (дочь).
11. Когда я в хорошем настроении, я нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал(а) бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем люблю (любила) супруга.
13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, что я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми, в общем-то, утомительное дело.
17. У моего сына (дочери) есть некоторые качества, которые выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой муж (моя жена) не мешал(а) бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня — самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой ребенок.
23. Если игрушка ребенку нравится, я куплю ее, сколько бы она ни стоила.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем 1 раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) просматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: я несколько раз напоминаю сыну (дочери) о необходимости сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).
27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.
28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) играть.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.
30. Я очень редко ругаю сына (дочь).

31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. Мы с ребенком понимаем друг друга лучше, чем мы с супругом.
33. Меня огорчает то, что мой сын (дочь) быстро становится взрослым(ой).
34. Если ребенок упрямится, потому что плохо себя чувствует, то лучше все сделать так, как он хочет.
35. Мой ребенок растет слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть слабости, которые не исправляются, хотя упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что, когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его (ее).
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.
40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.
41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз пришлось пропускать родительские собрания.
43. Я стремлюсь к тому, чтобы мой ребенок был обеспечен лучше, чем другие дети.
44. Если побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне часто приходилось давать сыну (дочери) трудные для его (ее) возраста поручения.
46. Мой ребенок никогда не убирает за собой игрушки.
47. Главное, чему родители должны научить своих детей, — это слушаться.
48. Мой ребенок сам решает, сколько, чего и когда ему есть.
49. Чем строже родители к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я — мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он (она) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.
52. Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.
53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.
57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолюбливает моего мужа (жену).
59. Мужчина хуже понимает чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже понимает чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось и приходится отказываться.
62. Родители, которые слишком много суетятся вокруг своих детей, вызывают у меня раздражение.

63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Я сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) надо.
65. У моего сына (дочери) детство более трудное, чем у большинства его (ее) товарищей.
66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей) хочется, а не то, что надо.
67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.
68. Если мой ребенок не спит, когда ему положено, я не настаиваю.
69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим детям.
70. От наказаний мало проку.
71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, — очень строги.
72. Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил(а) никого, кроме меня.
73. Мне нравятся маленькие дети, поэтому я не хотел(а) бы, чтобы мой сын (моя дочь) слишком быстро вырос(а).
74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).
75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходится ему (ей) многое позволять.
76. Воспитание детей — тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен и не получаешь ничего.
77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное, что на него (нее) действует, — это постоянные строгие наказания.
78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.
79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его (ее) делах, здоровье и т. д.
82. Так повелось, что о ребенке я вспоминаю, если он что-нибудь натворил или с ним что-нибудь случилось.
83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего хочет.
84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Стараюсь как можно раньше приучить ребенка помогать по дому.
86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители не правы, они должны делать так, как говорят родители.
88. В нашей семье так принято, что ребенок делает что хочет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание — ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего ребенка пройдут сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы беремся за него (нее). Если все тихо, опять оставляем его (ее) в покое.
92. Если бы мой сын не был моим сыном, а я бы была помоложе, то наверняка влюбилась бы в него.
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.

94. В недостатках моего сына (дочери) виноват(а) я сам(а), потому что не умел(а) его (ее) воспитывать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям сын (дочь) остался(лась) жить.
96. Нередко завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он (она) немедленно использует ее во вред себе или окружающим.
98. Нередко бывает, что если я говорю своему сыну (дочери) одно, то мой муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя.
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) для меня — закон.
104. Мой сын очень любит спать со мной.
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.
106. Родители нужны ребенку, лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.
107. Ради моего сына (дочери) я пошел бы (пошла бы) на любую жертву.
108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.
109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему все прощаю.
110. Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.
111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.
112. Большинство детей — маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.
113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.
114. Когда все благополучно, я меньше интересуюсь делами сына (дочери).
115. Мне очень трудно сказать своему ребенку: “Нет”.
116. Меня огорчает, что мой сын (дочь) все меньше нуждается во мне.
117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем здоровье большинства других детей.
118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.
119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.
120. Большую часть своего свободного времени сын (дочь) проводит вне дома — в яслях, в детском саду, у родственников.
121. У моего сына (дочери) вполне хватает времени на игры и развлечения.
122. Кроме моего сына, мне больше никто на свете не нужен.
123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.
124. Нередко я думаю, что слишком рано женился (вышла замуж).
125. Все, что мой сын (дочь) умеют к настоящему времени, он(а) научился(лась) только благодаря моей постоянной помощи.
126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).

127. Я не могу вспомнить, когда в последний раз отказал(а) своему ребенку в покупке какой-нибудь вещи (мороженое, конфеты, пепси-кола и т. д.).

128. Мой сын говорил мне: “Вырасту, женюсь на тебе, мама”.

129. Мой сын (дочь) часто болеет.

130. Семья не помогает мне, а осложняет мою жизнь.

Ключ к опроснику АСВ

1 21 41 61 81 Г+ 7

2 22 42 62 82 Г- 8

3 23 43 63 83 У+ 8

4 24 44 64 84 У- 4

5 25 45 65 85 Т+ 4

6 26 46 66 86 Т- 4

7 27 47 67 87 З+ 4

8 28 48 68 88 З- 3

9 29 49 69 89 С+ 4

10 30 50 70 90 С- 4

11 31 51 71 91 Н 5

12 32 52 72 92 РРЧ 6

13 33 53 73 93 ПДК 4

14 34 54 74 94 ВН 5

15 35 55 75 95 ФУ 6

16 36 56 76 96 НРЧ 7

17 37 57 77 97 ПНК 4

18 38 58 78 98 ВК 4

19 39 59 79 99 ПЖК 4

20 40 60 80 100 ПМК 4

101 107 113 119 125 Г+

102 108 114 120 126 Г-

103 109 115 121 127 У+

104 110 116 122 128 РРЧ

105 111 117 123 129 ФУ

106 112 118 124 130 НРЧ

За каждый положительный ответ дается 1 балл. Справа в бланке регистрации ответов указано сокращенное название шкалы и диагностическое значение. Если число баллов определенной шкале достигает или превышает диагностическое значение, то у обследуемого родителя присутствует данный тип отклонения в воспитании.

Описание шкал в том порядке, в каком они расположены в опроснике. Характеристика шкал опросника

1. Гиперпротекция (Г+). При гиперпротекции родители уделяют подростку крайне много сил, времени, внимания: воспитание является центральным делом в жизни родителей. Типичные высказывания таких родителей отражают то важное место, которое подросток занимает в их жизни, и содержат полные опасений представления о том, что произойдет, если не

отдать ему все свои силы и время. Эти типичные высказывания использованы при разработке соответствующей шкалы.

2. Гипопротекция (Г-) — ситуация, при которой ребенок оказывается на периферии внимания родителей, до него “руки не доходят”, родителю “не до него”. Подросток часто выпадает из виду. За него берутся лишь время от времени, когда случается что-то серьезное. Вопросы данной шкалы отражают типичные высказывания таких родителей. Эти две шкалы определяют уровень протекции, то есть речь идет о том, сколько сил, внимания, времени уделяют родители воспитанию ребенка. Таким образом, здесь рассматриваются два уровня протекции: чрезмерная (гиперпротекция) и недостаточная (гипопротекция).

3. Потворствование (У+). О потворствовании говорят в том случае, когда родители стремятся к максимальному и некритическому удовлетворению любых потребностей ребенка. Они “балуют” его. Любое его желание — для них закон. Объясняя необходимость такого воспитания, родители приводят аргументы, являющиеся типичной рационализацией: “слабость” ребенка, его исключительность, желание дать ему то, чего в свое время был лишен сам родитель, то, что подросток растет один, без отца и т. п.

4. Игнорирование потребностей подростка (У-). Данный стиль воспитания противоположен потворствованию и характеризуется недостаточным стремлением родителя к удовлетворению потребностей ребенка. Чаще страдают при этом духовные потребности, особенно потребности в эмоциональном контакте, общении с родителями, в их любви. Описываемый стиль проявляется в определенных высказываниях родителей, косвенно отражающих их нежелание общаться с детьми, в предпочтении детей, ничего не требующих от родителей. Эти две шкалы измеряют степень удовлетворения потребностей ребенка, то есть то, в какой мере деятельность родителей нацелена на удовлетворение потребностей подростка, как материально-бытовых (в питании, одежде, предметах развлечений), так и духовных (прежде всего — в общении с родителями, в их любви и внимании). Данная черта семейного воспитания принципиально отличается от уровня протекции, поскольку характеризует не меру занятости родителей воспитанием ребенка, а степень удовлетворения его потребностей. Так называемое “спартанское воспитание” — пример высокого уровня протекции (родитель много занимается воспитанием, уделяет ему большое внимание) и вместе с тем низкого удовлетворения потребностей ребенка.

5. Чрезмерность требований (обязанностей) (Т+). Именно это качество лежит в основе типа неправильного воспитания “повышенная моральная ответственность”. Требования к ребенку в этом случае очень велики, непомерны, не соответствуют его возможностям, не только не содействуют развитию его личности, а, напротив, ставят его под угрозу. В одном случае на ребенка перекладывается более или менее значительная часть обязанностей родителей (ведение хозяйства, уход за малолетними детьми). Такие родители, как правило, осознают, что ребенок очень загружен, но не видят чрезмерности нагрузки. Они уверены к тому же, что этого требуют

обстоятельства, в которых семья находится в данный момент. В другом — от ребенка ожидают значительных и не соответствующих его способностям успехов в учебе или других престижных занятиях (художественная самодеятельность, спорт и т. п.). Такие родители подчеркивают в беседе с психологом те условия, которые прилагают для организации его успехов.

6. Недостаточность обязанностей подростка (Т-). В этом случае ребенок имеет минимальное количество обязанностей в семье. Данная особенность воспитания проявляется в высказываниях родителей о том, что трудно привлечь ребенка к какому-нибудь делу по дому. Эти две шкалы дают представления о требованиях-обязанностях ребенка, то есть тех заданиях, которые он выполняет (учеба, уход за собой, участие в организации быта, помощь другим членам семьи).

7. Чрезмерность требований-запретов (доминирование) (З+). В этом случае ребенку “все нельзя”. Ему предъявляется огромное количество требований, ограничивающих его свободу и самостоятельность. У стеничных подростков такое воспитание форсирует реакцию эмансипации, у менее стеничных провоцирует развитие черт сенситивной и тревожно-мнительной (психастенической) акцентуаций. Типичные высказывания родителей отражают их страх перед любым проявлением самостоятельности ребенка. Этот страх проявляется в резком преувеличении последствий, которые могут иметь место даже при незначительном нарушении запрета, а также в стремлении подавить самостоятельность мысли подростка.

8. Недостаточность требований-запретов к ребенку (З-). Родители так или иначе транслируют ребенку, что ему “все можно”. Даже если существуют какие-то запреты, ребенок их легко нарушает, зная, что с него никто не спросит. Он сам определяет время возвращения домой вечером, круг друзей, вопрос о курении и употреблении алкоголя. Он ни за что не отчитывается перед родителями. Родители при этом не хотят или не могут установить какие-либо рамки в его поведении. Данное воспитание стимулирует развитие гипертимного типа характера у подростка, особенно неустойчивого типа. Эти две шкалы указывают на то, что ребенку нельзя делать. Они определяют, прежде всего, степень самостоятельности ребенка, возможность самому выбирать способ поведения.

9. Чрезмерность санкций (жестокый стиль воспитания) (С+). Для этих родителей характерна приверженность к строгим наказаниям, чрезмерная реакция даже на незначительные нарушения. Типичные высказывания этих родителей отражают их убеждения в полезности для детей максимальной строгости.

10. Минимальность санкций (С-). Родители склонны обходиться без наказаний или применять их крайне редко. Они уповают на поощрения, сомневаются в результативности любых наказаний. Эти две шкалы дают представление о строгости наказаний, применяемых к ребенку родителями за невыполнение семейных требований.

11. Неустойчивость стиля воспитания (Н). Оценки по этой шкале позволяют говорить о постоянной резкой смене стиля воспитания, приемов воспитания. Они свидетельствуют о

“шараханьях” родителей: от очень строгого стиля к либеральному и, наоборот, от значительного внимания к ребенку к эмоциональному отвержению. При этом родители, как правило, признают значительные колебания в воспитании подростка, однако недооценивают размах (частоту этих колебаний).

Приложение № 14

Модуль № 3

Младший дошкольный возраст

тема № 2

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Психологическое здоровье дошкольника

1. Ребенку необходим спокойный, доброжелательный психологический климат.
2. Правильно организованный режим дня - домашний режим ребенка должен быть продолжением режима дня детского сада.
3. Полноценное питание - включение в рацион продуктов, богатых витаминами А, В, С, Д, минеральными солями.
4. Закаливание ребенка в условиях семьи.
5. В выходные дни обязательно выходить с детьми на прогулку. Пусть на прогулке ребенок больше двигается, играет в подвижные игры.
6. Важно помнить, что игра является ведущей деятельностью дошкольника, так что не лишайте ребенка детства.

Создание благоприятного психологического климата в семье

1. Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с Вами спокойно и уверенно:
 - слушайте своего ребенка;
 - проводите с ним как можно больше времени;

- делитесь с ним своим опытом;
- рассказывайте ему о своем детстве, победах и неудачах.
- 2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда Вы находитесь под воздействием стресса и Вас легко вывести из равновесия:
- 3.Рекомендуем с самого начала строить взаимоотношения с ребенком на фундаменте согласия и взаимопонимания.
- 4.Постарайтесь уберечь ребенка от возможных конфликтов между взрослыми: даже если назревает какая-то ссора, ребенок не должен видеть ее, а тем более быть участником.

Приложение № 15

Модуль № 3

Младший дошкольный возраст

тема № 1

Тестирование родителей "Мой стиль воспитания ребёнка в семье"

1. Ребёнок капризничает за столом, отказывается, есть то, что всегда ел. Вы:
 - а) дадите ребёнку другое блюдо;
 - б) разрешите выйти из - за стола;
 - в) не выпустите из - за стола до тех пор, пока всё не съест.
2. Ваш ребёнок, вернувшись с прогулки, расплакался, обнаружив, что потерял во дворе свою старую любимую игрушку - плюшевого медведя. Вы:
 - а) идёте во двор и ищите игрушку ребёнка;
 - б) погрузите вместе с ребёнком о его утрате;
 - в) успокойте ребёнка словами: " не стоит расстраиваться из - за пустяков".
3. Ваш ребёнок смотрит телевизор вместо того, чтобы выполнять вашу просьбу. Вы:
 - а) без слов выключите телевизор;
 - б) спросите, что необходимо ребёнку, чтобы начать выполнять просьбу;
 - в) пристыдите ребёнка за несобранность.
4. Ваш ребёнок оставил все игрушки на полу, не пожелав их убрать. Вы:
 - а) уберёте часть игрушек в недоступное для ребёнка место: "пусть поскучает без них";
 - б) предложите свою помощь в уборке, типа: "я вижу, что тебе скучно делать это одному...", "я не сомневаюсь, что твои игрушки слушаются тебя..."

в) накажите ребёнка лишением игрушек.

5. Вы пришли за ребёнком в детский сад, ожидая, что он быстро оденется, и Вы успеете зайти на почту, в аптеку. Но он под разными предлогами отвлекается от сборов домой, "тянет" время. Вы:

а) отчитываете ребёнка, показывая своё недовольство его поведением;

б) говорите ребёнку, что когда он так себя ведёт, вы чувствуете раздражение и досаду;

в) пытаетесь сами побыстрее одеть ребёнка, отвлекая как-то от шалостей, не забывая при этом постыдить, чтобы пробуждалась совесть.

Посчитайте, каких ответов больше - а, б, в. "А" - тип авторитарного стиля воспитания, мало доверия ребёнку и учёта его потребностей. "Б" - стиль воспитания, при котором признаётся право ребёнка на личный опыт и ошибки, акцент - научить его отвечать за себя и свои поступки. "В" - стиль воспитания без особых попыток понять ребёнка, основные методы - порицание и наказание.

Приложение № 17

Модуль № 3

Младший дошкольный возраст

тема № 1

Памятка для родителей:

"Основы нравственно - патриотического воспитания в семье".

- Если вы хотите вырастить ребёнка достойным человеком и гражданином, не говорите дурно о стране, в которой живёте.
- Рассказывайте своему ребёнку об испытаниях, выпавших на долю ваших предков, из которых они вышли с честью.
- Знакомьте своего ребёнка с памятными и историческими местами своей Родины.
- Даже если вам очень не хочется в выходной день отправляться с ребёнком в музей или на выставку, помрите, что чем раньше и регулярней вы будете это делать, пока ваш ребёнок маленький, тем больше вероятность того, что он будет посещать культурные заведения в подростковом возрасте и в юности.
- Помните, что чем больше вы будете выражать недовольство каждым прожитым днём, тем больше пессимизма, недовольства жизнью будет выражать ваш ребёнок.

- Когда вы общаетесь со своим ребёнком, пытайтесь не только оценивать его учебные и психологические проблемы, но и позитивные моменты его жизни (кто ему помогает и поддерживает, с кем бы он хотел подружиться и почему, какие интересные моменты произошли).
- Поддерживайте у ребёнка показать себя с позитивной стороны, никогда не говорите ему такие слова и выражения: "Не высовывайся!", "Не проявляй инициативу, она наказуема!" и т. д.
- Смотрите с ним передачи, кинофильмы, рассказывающие о людях, прославивших нашу страну, в которой вы живёте, позитивно оценивайте их вклад в жизнь общества. Не возвращайте в своём ребёнке равнодушие, оно обернётся против вас самих. Как можно раньше откройте в своём ребёнке умения проявлять позитивные эмоции, они станут вашей надеждой в старости