

Советы
для родителей и воспитателей
«Делаем самомассаж»

Воспитатели: Мурашкина Л.В.

Профилактика простудных заболеваний

Запаситесь ребристым деревянным бруском цилиндрической формы и перекачивайте его по полу босыми ногами (особенно это полезно делать в осенне-зимний период).

В деревянную коробку насыпьте горох, фасоль или мелкую гальку, отшлифованную волнами, так, чтобы они полностью закрыли дно.

Разомнитесь, сделайте дыхательные упражнения, затем встаньте босиком на дно коробки и переступайте с ноги на ногу, пока боль не притупится. Вначале боль должна чувствоваться обязательно! Если ее нет, замените камешки на более крупные. Это упражнение взрослым нужно делать 10 минут, а детям - 3 минуты.

Нога об ногу

Эта процедура разработана специально для пожилых людей и тех, у кого большой вес. Она помогает восстановить мышечный тонус, подвижность в суставах, улучшает кровообращение в стопах.

Массируемую ногу поставьте на пол, на коврик или кусок поролона (не слишком толстого), а пяткой другой ноги растирайте пальцы и подъем стопы: сначала вдоль стопы, затем – поперек, а в конце – круговыми движениями. После этого наружным и внутренним краем стопы массируйте поочередно одной ногой другую.

Общеукрепляющий массаж

1. Перед массажем подержите ноги минут 10 в ванночке с теплой водой (в воду добавьте щепотку морской соли или отвар ромашки). Вытрите ноги насухо и смажьте кремом.

Сядьте в позу лотос. В течение 3 минут растирайте пальцы ног, спрятав их между ладонями.

2. Потрите стопу ладонью.

3. Возьмитесь за большой палец одной ноги и совершайте им круговые движения по часовой стрелке в течение 5 минут. Повторите то же самое с другой ногой. Легонько поворачивайте и остальные пальцы ног.

4. Поставьте ноги на пол. Круговыми движениями массируйте верхнюю часть стоп сначала от пятки к пальцам, а потом от пальцев к пятке.

5. Помассируйте внутреннюю и наружную стороны стоп фалангами пальцев.

Нельзя массировать

- Воспаленные суставы;
- Подкожные уплотнения;
- Воспаленные участки кожи;
- Бородавки, родимые пятна, родинки;
- Опухоли;
- Места, пораженные грибком;
- Варикозные вены;

Консультация для родителей

**«Анализ ошибок допускаемых детьми
в словоупотреблении в повседневной
жизни»**

Воспитатели: Мурашкина Л.В.

Недостатки речи детей могут быть классифицированы по трем категориям:

1 Недостатки, которые присущи всем детям на определенной возрастной ступени и обусловлены состоянием их развития;

2 Недостатки, обусловленные особенностями конституции и неправильностями в развитии механизмов речи;

3 Недостатки, приобретенные благодаря плохой воспитательной работе

1 Психолог В. Штерн говорил: «Каждое через подражание усвоенное слово должно быть воспринято слухом, сознанием, должно быть произнесено и удержано памятью». Отсюда проистекают 4 источника речевых ошибок:

-сенсорные ошибки, обоснованные тем, что восприятие ребенка еще недостаточно дифференцированы, а потому тонкие различия в звучании не воспринимаются; только грубо общее усваивается (Пример: «тетка» вместо щетка)

-апперцептивные ошибки слабое и неустойчивое внимание ребенка обуславливает неодинаковое отношение его к разным частям слышимого вообще и частям отдельных слов в частности (Пример: «блиблиотека» вместо библиотека)

-моторные ошибки: артикуляция и структура органов речи ребенка

недоразвились до того чтобы правильно произносить

определенные звуки или сочетания звуков (Пример: « мафына,

фына, фыфка»)

-ошибки воспроизведения способность запоминания ребенка не соответствует объему речевых восприятий, что обуславливает при произношении ранее слышанных слов неизбежные ошибки памяти (Пример: «матюшка-матюшка», «аквареме» вместо мать-и-мачеха, аквариум)

2 Ко второй категории недостатков речи относятся недостатки анатомического и психофизического характера (заячья губа, щели в небе или челюстях, заикание, глухонмота)

3 Ошибки и недостатки речи третьей категории обусловлены речью окружающих, оказывающей на речь ребенка громадное влияние.

Ребенок воспроизводит акцент, интонацию и все особенности речи людей, с которыми он живет (Пример «раздеть пальто» вместо снять пальто, «мы обратно будем рисовать» вместо опять)

Так же дети делают ошибки при усвоении морфологической системы языка, склонений и спряжений. Особую трудность вызывают суффиксы, изменяющие значение слова (-ниц-, -щик-) (Пример: насекомы, кабачучки, медведев, пушистов).