



Роликовые коньки ребенку.

Как выбрать и научить – лето - лучшее время для знакомства с роликовыми коньками. При помощи родителей малыши уже в три года могут начинать кататься на роликах. Мамам и папам, которые сомневаются, стоит ли ставить кроху на ролики, можно смело ответить: "Стоит!" Как и другие занятия спортом, катание на роликах укрепляет позвоночник и служит профилактикой сколиоза, а также развивает координацию движений. Прежде, чем отправляться в магазин за первыми роликовыми коньками для малыша, не мешало бы посетить ролледром. Там коньки можно взять на прокат, чтобы ребенок смог оценить скорость, которую они развивают, и решить, хочет ли он кататься. К тому же, будет лучше, если первый опыт катания малыш получит под руководством опытного инструктора. Нет нужды говорить и о том, что качественное покрытие дорожки и сама атмосфера ролледрома в сознании ребенка свяжут катание на роликовых коньках с приятными эмоциями. Было бы замечательно, если бы и родители покатались вместе с малышом. Если ролледрома поблизости нет, это не страшно. А первый выезд пусть малыш совершит под руководством мамы или папы на дорожке парка. Увидев, что ребенок катается с удовольствием, родители могут без тени сомнения покупать ему роликовые коньки. Выбор роликовых коньков Производители предлагают очень широкий выбор детских роликов. Выбирая между недорогими китайскими изделиями и качественными роликами от известных производителей, имеет смысл отдать предпочтение последним. От качества и продуманности конструкции роликовых коньков зависит безопасность малыша и комфорт при катании. К тому же, хорошие ролики всегда имеют раздвижную конструкцию, что позволит пользоваться ими не один сезон, что, в конечном счете, оправдывает их цену. Немаловажным фактором является и вес роликовых коньков. Чем они легче, тем комфортнее будет ребенку. При этом, разумеется, материал, из которого изготовлены коньки, должен быть прочным. Обязательно обратите внимание на то, как ботинки роликовых коньков сидят на ножке крохи. Попросите продавца-консультанта показать все модели роликов, которые подходят ребенку по размеру, а затем приступайте к примерке. Если вы можете качественно зашнуровать ботинки самостоятельно, сделайте это, если же сами не справитесь, попросите продавца помочь. Предложите сыну или дочке пройтись (при необходимости поддерживайте чадо под руки) и описать свои ощущения. Помните, что удачно подобранные ролики не должны жать или натирать, когда ребенок ходит. Проконтролируйте, хорошо ли зафиксирована нога, не заваливается ли она в ботинке. Понять это можно, посмотрев, как ребенок идет. Если ножка заваливается на внешнюю или внутреннюю сторону, о хорошей фиксации говорить не приходится. Приобретая раздвижные ролики, обратите внимание на способ раздвигания. Желательно, чтобы при увеличении размера носок выдвигался вперед. Это не причинит ребенку дискомфорта при переходе на новый размер и не заставит его заново учиться кататься. Если же модель предусматривает выдвижение пятки назад, это может привести к смещению центра тяжести, что поначалу чревато падениями ребенка во время катания. Кроме того, важно, чтобы подошва после раздвигания роликов оставалась ровной. Иногда на ней может образовываться небольшая «ступенька». Если эта особенность обнаружилась уже после покупки коньков, уменьшить дискомфорт поможет дополнительная стелька. Огромным преимуществом обладают модели со сменными колесами. Первые роликовые коньки малыша, скорее всего, будут оснащены маленькими колесами с небыстрыми подшипниками. Причина такой конструкции очевидна: ребенок не сможет развить большую скорость, что важно для его безопасности. Однако по мере роста мастерства ребенок захочет кататься быстрее. Тогда достаточно будет заменить колеса, а не покапать новые ролики. Требования безопасности Вместе с роликовыми коньками необходимо приобрести наколенники, налокотники, наладонники и шлем. Ребенок с первого же выезда должен кататься в защитной экипировке, пусть это станет правилом. Покупать защитное обмундирование также нужно по размеру малыша. Оно должно хорошо держаться на локтях и коленях, шлем не должен болтаться и сползать на глаза. Не забудьте напомнить ребенку правила безопасности, первое время старайтесь держаться поблизости. Лучше всего для катания на роликах подходят парки с асфальтированными дорожками, а не на аллеи, выложенные плиткой.





Четырехколесный велосипед.

Одни малыши уже в три года с удовольствием катаются на двухколесных велосипедах с опорными колесами, а других и в пять лет с трудом приходится уговаривать прокатиться. В чем же причина нелюбви некоторых юных водителей к велосипедам? Дело не только в темпераменте и привычках ребенка, огромную роль играет правильный выбор велосипеда. Важен также и подход к обучению езде. Примерно с трех лет малыши готовы пересест с полнубившегося, но ставшего маленьким, трехколесного велосипеда на «более серьезный» двухколесный транспорт. Для первых прогулок имеет смысл приобретать четырехколесный велосипед, точнее, двухколесный с двумя опорными колесами. Выбор подобных транспортных средств огромен, поэтому, прежде чем отправляться за покупкой, родителям нужно хорошо изучить рынок и основные требования к детскому велосипеду. Первое и основное – это соответствие велосипеда параметрам ребенка. Увы, велосипед – это не тот предмет, который можно купить «на вырост». Для того чтобы малыш катался с удовольствием, ему должно быть удобно. А это возможно только на велосипеде соответствующего размера. Пожалуй, самым важным ориентиром является размер колес. Для малыша, чей рост составляет 85-110 см, подходят колеса с диаметром 12 дюймов. В 4-6 лет, когда ребенок подрастет до 115-125 см, ему понадобится велосипед с 16-дюймовыми колесами. В 6-11 лет при росте 130-145 см дети с удовольствием будут кататься на велосипеде с 20-дюймовыми колесами. Окончательно определить, какой велосипед идеально подойдет ребенку, можно только после того, как будущий водитель сядет и опробует транспортное средство. Диапазон параметров довольно широкий, это объясняется тем, что в зависимости от роста можно регулировать высоту сидения, поднимая его по мере роста ребенка. Не стоит покупать первый велосипед без малыша. Нужно, чтобы он приноровился, опробовал, как стоит нога на педали, не упирается ли колено в руль, удобно ли дотягиваться до нижней педали и т.д. Если не хотите, чтобы ребенок ждал, пока «дорастет» до приобретенного велосипеда, внимательно посмотрите на его посадку. Велосипед подходит, если нога на педали в самом нижнем положении почти выпрямлена, но без излишнего напряжения. В то же время, нога на педали в самой верхней точке не касается руля. Если малыш целенаправленно вытягивает ногу, стараясь дотянуться до нижней педали, выберите велосипед с колесами на одну позицию меньше. Обратите внимание, на педали должна свободно стоять вся ступня малыша, а не только носок или пятка. Для того чтобы убедиться в том, что ребенку велосипед подходит, попросите его встать обеими ногами на землю таким образом, чтобы велосипед оказался между ног. В таком положении расстояние между ногами ребенка и рамой не должно быть меньше 10 см. И, наконец, обратите внимание на высоту руля. Крохе должно быть удобно управлять велосипедом во время совершения маневра. Помните, что руль не должен поворачиваться на 90 градусов: это убережет ребенка от травм в случае падения. Подумайте о том, что ребенок будет не только кататься на велосипеде, но, возможно, станет самостоятельно переносить его. Чтобы прогулка не превратилась в силовую тренировку, велосипед должен быть не слишком тяжелым. Вес рамы зависит от металла, из которого велосипед изготовлен. Стальные изделия отличаются большим весом, чем алюминиевые. Во время езды нередко нога трется о велосипедную цепь. Во избежание травм и порчи одежды имеет смысл приобретать модели, в которых цепь прикрыта специальной крышкой. Часто даже велосипеды для малышей оснащены ручным тормозом и переключением передач. Для начинающих водителей подобные характеристики не нужны. Первое время ребенок просто-напросто не сможет одновременно переключать передачи и следить за обстановкой на дорожке для катания. Разумеется, прежде чем посадить юного водителя на велосипед, родители должны объяснить ему элементарные правила безопасности. Необходимо самим изучить правила дорожного движения в той части, где они касаются езды на велосипеде, и систематично проговаривать их с сыном или дочкой. Отдельно обратите внимание на особенности езды по склону во время подъема и спуска. Введите правило: прежде чем начать кататься, нужно сделать небольшую разминку. Это позволит подготовить связки и мышцы к предстоящей нагрузке, снизив риск травм и растяжений. Когда ребенок начнет уверенно ездить с опорными колесами и будет готов перейти к езде на двухколесном транспорте, страховочные



колесики необходимо снять. Как правило, конструкция велосипеда позволяет их просто перенести на другое колесо, а если нет, то придется переобуть шины от старого велосипеда на новое. Чтобы повысить уровень мастерства, предлагайте маленькому водителю простые упражнения: проехать, не сбив кегли или бутылочки с водой, въехать в «гараж» из камушков и так далее

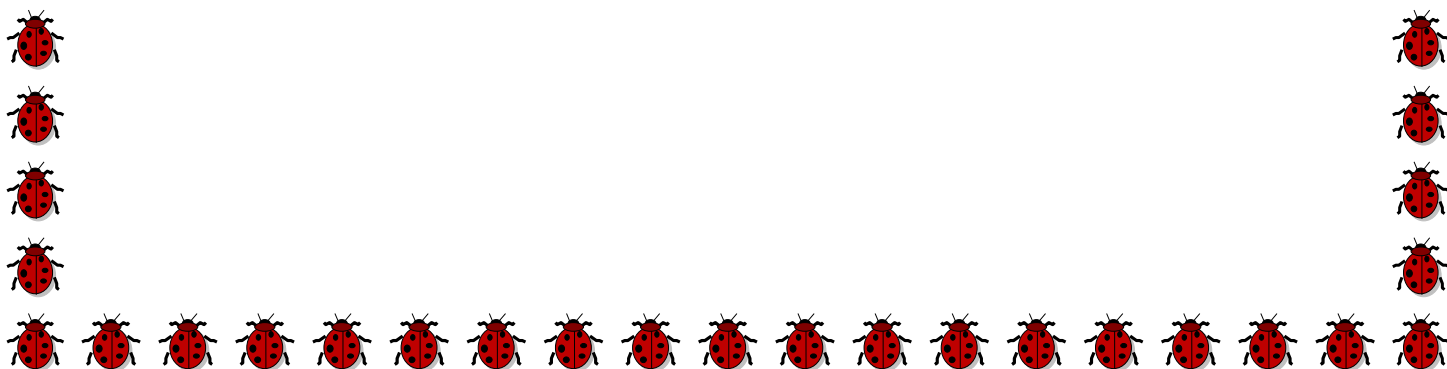
Шахматы для детей

В обширном списке дополнительных занятий, предлагаемых дошколятам в детских садах, все чаще можно встретить такую дисциплину, как шахматы. Однако родители предпочитают записывать детей на ритмику, английский или танцы, обходя шахматы стороной. И, кстати говоря, совершенно напрасно. Действительно, зачем забивать ребенку голову непростыми правилами шахмат и замысловатыми комбинациями ходов, когда сейчас куда важнее научиться считать, читать и писать? Именно так полагает большинство родителей, а шахматные секции продолжают пустовать... На самом деле, это новое веяние в детском образовании не является очередной данью моде – игра в шахматы способствует интеллектуальному развитию ребенка и оттачивает у маленького человечка качества, которые пригодятся ему для успешного освоения школьной программы. Зачем ребенку шахматы? Шахматы – игра интеллектуальная, требующая усидчивости, концентрации внимания и тщательного продумывания ходов. Обучаясь игре в шахматы, ребенок запоминает правила самой игры и учится неукоснительно их соблюдать, что способствует и тренировке памяти, с одной стороны, и приучает к дисциплине, с другой. Играя в шахматы, ребенок анализирует действия соперника и просчитывает ходы, которые могли бы привести его к победе. Таким образом, развивается аналитическое мышление. Ребенок учится задумываться над результатами кого-либо действия, прежде чем его совершить, – разве не этого качества так не хватает многим взрослым в повседневной жизни? В процессе игры ребенку приходится раз за разом принимать самостоятельные решения, делать выбор в пользу одного или другого варианта развития событий, а поскольку результат не заставляет себя долго ждать, малыш учится делать выводы из своих поступков и брать на себя ответственность за них. А соревновательный элемент, являющийся неотъемлемой частью шахмат, только подогревает интерес ребенка, не давая ему забросить это непростое занятие, ведь для детей важно не только участие, но и победа. В каком возрасте начать занятия? Ребенку в возрасте 4-5 лет вполне по силам освоить шахматную науку, кстати говоря, практически все знаменитые гроссмейстеры познакомились с шахматами именно в этом возрасте. Конечно, речь о профессиональных занятиях шахматами сейчас не идет, а потому не стоит ожидать от малыша каких-то выдающихся результатов. Само умение играть по правилам можно считать достижением для этого возраста. Начинать обучение ребенка шахматам можно и в более раннем возрасте – например, трехлетний кроха осилит расстановку шахматных фигур на поле, а также запомнит основные ходы. Однако в силу физиологических особенностей о полноценной игре речь в этом возрасте пока не идет, малышу тяжело удержать внимание на шахматной доске, содержащей множество разнообразных элементов (фигур) и пестрящей черно-белыми клетками. Занятия в раннем возрасте стоит рассматривать просто как подготовку к игре в шахматы в недалеком будущем, не требуя от ребенка невозможного. Независимо от возраста ребенка, занятия должны проводиться в игровой форме. Если вы сумеете найти к крохе подход, найдете те ниточки, за которые надо дергать, чтобы заинтересовать ребенка игрой, то осваивать шахматы можно и в домашних условиях. Однако практика показывает, что детям интереснее заниматься вместе со сверстниками – видя усердие других юных шахматистов ребенок тоже будет стараться соответствовать. Не проходите мимо шахматной секции в детском саду – при минимальных временных и материальных затратах ребенок научится мыслить стратегически, разовьет память, начнет продумывать свои действия и откроет для себя новую удивительную игру! Разве оно того не стоит?



Показывать ли 3D (стерео) фильмы детям?

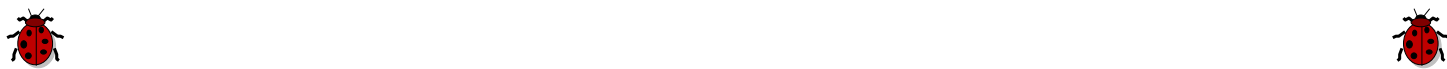
Появившиеся относительно недавно фильмы в формате 3D стерео пользуются огромной популярностью у взрослых благодаря своей реалистичности и, так называемому, «эффекту присутствия». А поскольку спрос рождает предложение, теперь большинство новых фильмов выходит в двух форматах – обычном и стерео. Аналогичным образом ситуация обстоит и с мультфильмами, вплоть до того, что 3D мультфильмы показывают за отдельную плату прямо в детских садах, поэтому перед родителями неизбежно встает вопрос, можно ли детям смотреть 3D стерео кино. Плюсы и минусы 3D стерео фильмов Кино несет в себе помимо развлекательной, еще и обучающую функцию, то есть большинство детских мультфильмов – это не просто красивая история, но и содержащаяся в ней мораль. И если рассматривать 3D формат с точки зрения эффективности усвоения этой морали, то стерео технологии, безусловно, выигрывают. 3D формат позволяет ребенку почувствовать себя внутри картинки, что, несомненно, усиливает эффект сопричастности к сюжету, стало быть, впечатления от такого кино сильнее, а сюжет более прочно врезается в память. В каком-то смысле 3D кино можно рассматривать как аттракцион, основное назначение которого заключается в новых ощущениях и эмоциях, которые вносят свою лепту в развитие у ребенка богатого воображения. Однако этот хваленый «эффект присутствия» является не только плюсом, но одновременно и минусом стереокино. Нельзя забывать о том, что дети очень впечатлительны, и оттого, что героя фильма можно почти потрогать, они воспринимают кино как некую реальность, что в свою очередь приводит их в состояние повышенной возбудимости и может явиться причиной искаженного восприятия действительности. Кроме того, чрезмерно реалистичный и перенасыщенный действиями 3D фильм (например, когда на зрителя стремглав несется стадо, сворачивающее в сторону лишь в самый последний момент) может попросту очень сильно испугать ребенка. Поэтому для просмотра лучше выбирать добрые, спокойные фильмы. Еще один неприятный момент, с которым можно столкнуться при просмотре 3D фильма, - это головокружение и дискомфорт, возникающий при использовании 3D очков. Такой побочный эффект наблюдается примерно у 10% зрителей - это, как правило, люди, которых укачивает на воде и в машине. Врачи о 3D кино Поскольку стереофильмы – явление относительно новое, вопрос о безопасности формата 3D стерео в целом пока еще находится на стадии изучения. Однако уже сейчас большинство врачей склонно считать, что определенным категориям людей просмотр 3D фильмов не рекомендован. В первую очередь, не стоит смотреть стереокино тем, кто имеет проблемы со зрением или обладает неуравновешенной психикой (в частности, страдает повышенной возбудимостью). Такие ограничения объясняются тем, что при просмотре стереофильма создается повышенная нагрузка на органы зрения и мозг. Что касается детей младшего возраста, то, получается, что они как раз относятся к тем категориям, которым стереофильмы смотреть не стоит, так как зрение у детей окончательно формируется только к 5-6 годам, да и психика у малышей еще не окрепшая. Стало быть, до пяти лет вести ребенка на такое кино, наверное, не стоит. Да и после делать это нужно с осторожностью, внимательно наблюдая за реакцией ребенка. Если просмотр пройдет удачно и ребенку понравится, то время от времени можно устраивать такой стерео просмотр, но только не чаще раза в месяц во избежание чрезмерной нагрузки. Если вы решитесь сводить ребенка в кино на фильм в 3D стерео формате, то можете быть уверены в том, что просмотр вызовет у ребенка массу впечатлений, точно как аттракцион: возможно, доставит удовольствие, возможно, напугает, но равнодушным не оставит точно.





Вызываем Деда Мороза

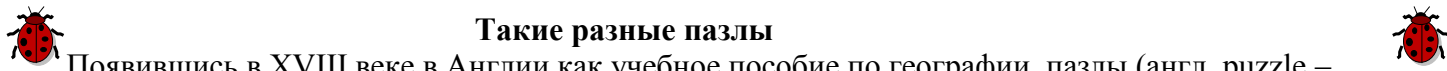
Конечно, можно просто положить подарок под ёлочку и рассказать малышу, что ночью, пока все спали, Дед Мороз принес подарки. Без сомнения, ребенок, будет рад. Но представьте, насколько ярче будут впечатления крохи от праздника, если долгожданные подарки ему вручит Дед Мороз лично. Если есть желание и финансовая возможность такое торжественное поздравление легко устроить – эту услугу предлагает бесчисленное количество агентств. С какого возраста приглашать к ребенку Деда Мороза? Слишком маленький ребенок может не оценить по достоинству стараний родителей и попросту испугаться бородатого дедушку с посохом. Как же узнать, что ваш ребенок готов к встрече с Дедом Морозом? Встреча с Дедом Морозом пройдет на ура, если ребенок уже не понаслышке знаком с этим персонажем. Это в первую очередь относится к детям, посещающим садик, ведь Дед Мороз обязательно присутствует на новогоднем празднике в детском саду. Причем на первом своем новогоднем утреннике многие малыши пугаются Деда Мороза и начинают плакать, так что, прежде чем принимать решение, посмотрите, как отреагирует ваш ребенок на Деда Мороза в детском саду. Если не испугается, значит, можно смело повторить представление в домашних условиях, ну а если расплечется, ждите и смотрите, что будет на следующий год. В конце концов, на Деде Морозе свет клином не сошелся, можно чудесно встретить с ребенком Новый год и без него. Если малыш не ходит в детский сад, то предсказать его реакцию на появление на пороге Деда Мороза куда сложнее. Однако, если ребенку еще нет трех лет, он скорее испугается, чем обрадуется такому визиту. Агентств, предлагающих заказать Деда Мороза на дом, развелось очень много, поэтому родители, решившие порадовать свое чадо, сталкиваются с непростой задачей выбора. Ведь хочется, чтобы Дед Мороз пришел в подобающем костюме и, что немаловажно, в подобающем виде, да еще, желательно, со Снегурочкой и развлекательной программой, подходящей малышу по возрасту. Идеальный вариант – расспросить знакомых и заказать Деда Мороза там же, где заказывали они, то есть в проверенном месте. Однако такие знакомые находятся не всегда, тогда приходится брать дело в собственные руки. Позвоните в приглянувшееся агентство и поинтересуйтесь, кто будет выступать в роли сказочных персонажей – профессиональные актеры или желающие подработать студенты. Понятно, что второй вариант нас не устраивает, и на этом можно заканчивать разговор. Далее нужно уточнить по программе: что в нее входит и сколько она длится. На этом этапе сотрудники нормального агентства обязательно поинтересуются возрастом ребенка, ведь составляющие программы зависят непосредственно от этого. Если же такого вопроса не последовало, можно сделать вывод, что программа у них одна для всех возрастов или они и вовсе импровизируют на месте, соответственно, звоним в другое агентство и начинаем все с начала. Сколько стоит вызвать Деда Мороза? Новогоднее поздравление от Деда Мороза обойдется жителям Москвы в 1000-10000 рублей (и более, если вы хотите что-то эксклюзивное). Наиболее бюджетный вариант – это экспресс-поздравление, когда Дед Мороз со Снегурочкой торжественно вручают малышу подарки и поздравляют его с Новым годом. На всё про всё отводится около 10 минут. Обычное поздравление занимает 20-30 минут и включает в себя, помимо вручения подарков, песенки, стишки, хоровод, а в некоторых случаях и небольшое представление для малыша. Кстати, стишок или песенка для Деда Мороза - обязательная часть программы, так что не забудьте разучить что-нибудь с ребенком заранее. Стоимость новогоднего поздравления на дому зависит не от количества присутствующих детей (поэтому можно объединиться и пригласить знакомых), а от приближенности поздравления к «часу икс», т.е. к Новому году. Самые высокие цены, конечно же, 31 декабря, а вот днем 1 января поздравление обойдется уже значительно дешевле. Между прочим, чтобы привнести сказку в дом, не обязательно заказывать услугу в агентстве. При желании все можно организовать собственными силами. Купите костюм Деда Мороза (благо найти его совсем не сложно), и пусть папа, дедушка или просто друг семьи из года в год радуется ребенка появлением главного новогоднего персонажа. И не бойтесь быть узнаваемыми, как показывает практика, даже в 5-6 лет дети не узнают знакомого им человека, замаскированного белоснежными усами и бородой, и потом с упоением



рассказывают, к примеру, папе: «Папочка, ты всё пропустил! Представляешь, к нам приходил



Такие разные пазлы



Появившись в XVIII веке в Англии как учебное пособие по географии, пазлы (англ. puzzle – загадка, головоломка) моментально приобрели популярность. Первые головоломки представляли собой разрезанную на кусочки карту Европы, имели заоблачную цену и

использовались в образовательных целях. С середины XIX века пазлы начали изготавливать из картона, цена стала более демократичной, однако долгое время головоломка по-прежнему

оставалась модным увлечением богатых людей. В дореволюционной России пазлы пользовались популярностью в аристократических домах и простым людям были

недоступны. Несмотря на бум игры в Европе и Америке, у советских людей отсутствовала возможность приобщиться ко всемирному модному увлечению. За всю многолетнюю историю

страны Советов не было выпущено ни одного советского пазла. В настоящее время все изменилось - игра вошла в каждый дом и полюбилась миллионам,

причем, не только детям, но и взрослым. Разнообразие пазлов поражает воображение, а градация по уровню сложности позволяет подобрать головоломку на любой

возраст. Знакомство ребенка с пазлами лучше начинать с наборов, состоящих, максимум, из 4 элементов, чем крупнее и прочнее при этом будут детали пазла, тем лучше. Когда малыш в

совершенстве освоит искусство собирания простейшего пазла, можно переходить к более сложным и нестандартным задачам. Так, помимо классических картонных и деревянных

головоломок, существуют объемные 3D пазлы в виде моделей автомобилей, архитектурных сооружений и различных предметов, пазлы- глобусы, on- line пазлы и масса других

разновидностей. Игра легко увлекает ребенка любого возраста, высвобождая родителям несколько часов свободного времени, а вдобавок еще и несет образовательную нагрузку.

Пазлы для детей развивают фантазию и воображение, тренируют память и зрительное восприятие, формируют пространственное мышление, учат сопоставлять и учитывать

различные факторы (форму, цвет) и принимать комплексное решение, развивают руку малыша (мелкая моторика), координацию движений и многое другое.

Пазлы для девочек или мальчиков разделяются достаточно условно. Все зависит от вкуса ребенка. Девочек, пожалуй, больше привлекают яркие и красочные картинки, мальчики с

удовольствием будут собирать разнообразные машинки. Однако все без исключения дети любят складывать фрагменты из мультфильмов и сказок, изображения животных и

птиц. Специально для девочек был придуман деревянный набор пазлов в ящичке, на крышке которого располагается рамка для фигурки человека или животного, внутри ящичка –

разнообразные элементы одежды. Составляя гардероб, девочка не только развивает мелкую моторику, но и учится комбинировать, у нее формируется эстетический вкус. Дети,

предпочитающие подвижные и шумные игры, могут часами собирать отдельные элементы пазлов в целое. Таким образом, уже в раннем возрасте у ребенка тренируется усидчивость и

внимательность, развивается творческая жилка.

