



МУДРАЯ СОВА

МДОУ
детский сад № 233
«Березка»
г.Ярославль
Дзержинский район

Познавательная-развлекательная газета, выпуск №3



Очень важным для укрепления и разнообразия семейных отношений является семейный отдых. Планируя этот вид отдыха важно учитывать пожелания всех членов семьи. Желательно устраивать дни семейного отдыха еженедельно. Так это очень сближает семью и добавляет в отношения детей и родителей новизны и приключений.

Довольно банальным семейным отдыхом можно назвать походы в кино и кафе. Особых впечатлений от такого времяпровождения вы не получите. Что же касается ежегодных поездок в отпуск, то это тоже является банальным. Чтобы получить массу новых впечатлений лучше всего устраивать активный, интересный отдых для всей семьи.

Самым прекрасным времяпровождением весной, летом и осенью для всей семьи является отдых на природе: устройте пикник, пойдите в поход, посетите лес, собирайте ягоды и грибы, искупайтесь в чистом озере, море или реке, играйте в активные спортивные игры. Рыбалка – тоже может оказаться довольно интересным и развивающим видом отдыха для детей и взрослых. Если нет возможности выехать за город, то можно просто устроить какую-либо дворовую игру всей семьей. Можно собирать с детьми листья и разнообразный природный материал, а потом делать из них поделки и устраивать выставки. Приятным видом семейного отдыха является так же совместное посещение аквапарков, театров, выставок, конные прогулки. Вечером можно устроить разнообразные интересные игры для всей семьи.

Каждая семья может подобрать свой вид семейного отдыха, который подходит ей больше всего. Не забывайте вовлекать во все свои затеи и детей и взрослых членов семьи. В наше время современных технологий и Интернета важно проводить как можно больше времени на свежем воздухе. И конечно нужно заинтересовать всех членов семьи в совместном времяпровождении.

Лето для дошкольников.

Лето – это самый благоприятный период для общения ребенка с природой. Летом можно носить минимум одежды, лакомиться вкусными ягодами и фруктами. Наконец, это десятки самых разнообразных игр на свежем воздухе. Летние детские игры ограничивает только фантазия и соображение безопасности.

Лето для дошкольников – это возможность рисовать на асфальте, запускать мыльные пузыри, играть в песочнице или гонять мячик. Когда ребенок постарше,

он будет рад возможности покататься на велосипеде, самокате или роликах. Девочки прыгают на скакалочках или крутят обруч.

И все же летние игры не только дарят детям радость, но также таят в себе опасности. Когда вы гуляете с малышом по лесу или парку следует быть особенно внимательным. Острые

палки и сучки, осколки стекла, ядовитые растения и грибы представляют для детей немалую опасность.

Лето для дошкольников таит в себе богатые возможности, о которых можно только мечтать в иное время года. Например, в лесу вы можете показать ребенку настоящий гриб – точно такой же, как на картинках в его книжке. Летом родители должны не просто гулять с малышом, а сочетать игры и прогулки с ненавязчивым обучением. «Это дерево называется клен. посмотри на его интересные листочки. Они совсем не похожи на листочки остальных деревьев. А это – дуб. Давай попробуем поискать под ним маленькие желуди в шляпках!»

В летнем лесу или парке живет великое множество удивительных существ. Ребенок наверняка заинтересуется сидящей на ветке птичкой, которая поет или звонко чирикает. Если же вам улыбнется удача, и вы сможете покормить маленькую белочку, малыш будет в полном восторге. Для детей игры на лоне природы – это не просто прогулки, а настоящие приключения. Пусть так и будет – подыгрывайте им! Постройте из сухих веточек маленький шалашик и скажите крохе, что ночью здесь обязательно заночует маленький гномик. Не забудьте брать с собой на прогулки сачок – пусть ребенок ловит бабочек и кузнечиков. Следите только, чтобы он не тянул в рот пойманных насекомых.

Значительная часть лета большинства дошкольников проходит у воды. На морских и речных пляжах присутствует масса возможностей провести время с удовольствием и пользой. Песок на пляже – это замечательный материал для постройки замков и лепки различных фигур. Еще можно поискать по кромке волны интересные ракушки или камешки. А как на счет того, чтобы вырыть маленькую запруду и счастливо в ней плескаться? Только не спускайте с ребенка глаз! Ребенок должен находиться под солнцем в головном уборе. Не следует также разрешать ему слишком много купаться. Вокруг так много соблазнов и интересностей, потому малыш может с вами не согласиться. Проявите твердость, ведь речь идет о здоровье ребенка, которое зависит от вас целиком и полностью.

Координатор по работе с семьей Иванова Н.М.

ЗВОНКИЙ СМЕХ В РАЗГАР ЛЕТА: СОВЕТЫ ПЕДИАТРА

Брызги воды золотятся на солнце, и ребенок в надувном круге весело плещется в соленой морской воде... Или: нос и щеки карапуза перепачканы растаявшим пломбиром, мороженое вот-вот капнет на футболку или платье, но чадо продолжает слизывать лакомство, нисколько не обращая на это внимания... Это обыкновенные эпизоды счастливого лета детей и их мам и пап. И хочется, чтобы наступающее лето было богато такими радостными моментами, чтобы звонкий детский смех в разгар лета звучал почаще, и поднимал настроение родителям. Но бывает, что жаркие месяцы омрачает простудное заболевание, кишечные расстройства и другие неприятности. О том, как не заболеть летом, сколько можно кушать мороженого и как купаться мы бы хотели вам напомнить в этой статье.

- Каким болезням чаще всего подвержены дети в летний период?

- В летнее время больше встречаются энтеровирусные инфекции, которые поражают верхние дыхательные пути, или кишечник. Как правило, заболевание начинается с высокой температуры 38-40 градусов. Распространен еще, так называемый, летний грипп, который характеризуется головной болью, головокружением, рвотой, покраснением кожных покровов, расстройствами стула.

- В чем заключается профилактика простудных заболеваний в жаркие месяцы?

- Как и при любых вирусных инфекциях нежелательно находиться в местах большого скопления людей. Энтеровирусные инфекции часто поражают детские коллективы, поэтому следует чаще проветривать комнаты. Летом в меню ребенка должно быть больше овощей и фруктов, а не таблеток-поливитаминов.

- Все дети любят мороженое. Как без вреда для здоровья позволять им такое лакомство?

- Сейчас даже запретили кушать мороженое в детских лагерях отдыха, потому что регистрируется много вспышек кишечных заболеваний. Если хотите побаловать себя и ребенка этой сладостью, покупайте мороженое только в магазинах и специализированных киосках. Избегайте покупать мороженое с рук на пляже. Лакомство не должно быть растаявшим, упаковка не должна быть повреждена. Если вы готовите мороженое дома в мороженице, используйте только качественные, свежие продукты, соблюдайте режимы приготовления и хранения.

Чтобы не заболело горло, мороженое нужно давать не из морозильной камеры, а подтаявшее, комнатной температуры. Многие дети стоят в больнице на учете с фарингитами, ларингитами. И для таких детей резкая смена температур: в полости рта температура средняя, а вы вносите холодное, даст обострение тонзиллита. С мороженым нужно быть аккуратнее!

- Чем опасны сквозняки?

- Естественно, если вы проветриваете комнату, берегите ребенка. Не столько детям опасны сейчас сквозняки, сколько системы климат-контроля. Кондиционеры, которые создают перепады температур, часто приводят к заболеваниям. С жаркой улицы ребенку нежелательно заходить в комнату, где работает кондиционер. Разница в один-два градуса допустима, но когда перепад температуры составляет пять градусов, можно получить лихорадку.

- Лето – пора отпусков. Как сделать так, чтобы отдых на море помог оздоровить ребенка, а не обернулся каким-либо заболеванием?

- И снова опасность представляет разница температур. В начале лета, когда вода не прогрета, а температура воздуха высокая, от купания лучше воздержаться. К летнему отдыху нужно готовиться – закалять детей, проводить иммунизацию. Ребенок будет купаться долго с удовольствием, но родители должны проявлять благоразумие. Иногда папа с мамой загорают на пляже, а ребенок с синими губами сидит в воде... Но это не оздоровление, а стресс для организма! Можно получить воспаление легких. Нужно тщательно следить за тем, чтобы ребенок не напился морской или речной воды, это может привести к серьезной кишечной инфекции. В жаркий период с 11.00 до 16.00 детям, особенно маленьким, нельзя находиться на пляже. Даже под тентами и зонтиками, так как в это время высокая солнечная радиоактивность, и можно получить вместо загара ожоги.

- Какие лекарства вы посоветуете мамам взять с собой в аптечке?

- В первую очередь, жаропонижающее. Также противовирусные препараты, противоаллергические, что-то от кашля - отхаркивающие сиропы. Ни в коем случае самостоятельно не заниматься лечением. Антибиотики не надо брать с собой, их вообще без назначения врача давать ребенку не нужно.

- Сейчас продается много средств для защиты от солнца. Для детей они подходят?

- Мы с педиатрами не обсуждали эти вопросы. Может и есть смысл применять эти средства для детей старшего возраста, но малышам от них может быть больше вреда. Неизвестно какой будет реакция кожи на крем, некоторые компоненты могут вызвать atopический дерматит. Загар должен быть естественным, нельзя допускать обгорания на солнце. Загар - это тоже укрепление организма, но во всем важна умеренность. Зачем доводить до ожога? Солнечные ожоги, наравне с переохлаждением, стресс для организма.

- Лето пора ссадин и разбитых коленок практически для всех непосед. Как и чем правильно обрабатывать ранки?

- Каждую ранку нужно обрабатывать антисептиком – это зеленка, фукорцин или йод.

- Что нужно делать, если ужалила оса?

- Необходимо сразу дать ребенку противоаллергическое средство. И обработать место укуса водой с уксусом. В отдельных случаях, укус насекомого может привести даже к аллергическому шоку.

Врач педиатр Шилова Л.В.





Поздравляем наших выпускников!

В конце 2013-2014 учебного года наш детский сад выпускает в школу 33 воспитанника!

Дорогие дошколята!

Детский сад много лет был вашим домом, где вы постигали свои первые уроки жизни, учились рисовать и лепить, играть и петь, танцевать и придумывать свои нехитрые игры. Скоро вам предстоит учиться в школе, пусть всё сложится чудесно и живется интересно! Доброго вам пути!



Коллектив педагогов детского сада.

Правильно делать уроки – целая наука!

Советы о том, как организовать место школяра.

От таких на первый взгляд пустяков, как спинка стула, настольная лампа или парта с наклонной крышкой, зависит здоровье вашего ученика. Поэтому рабочий уголок, где сын или дочка будут усердно вырисовывать первые закорючки или строчить рефераты, должен быть удобным и безопасным для глаз и позвоночника ребенка.



Подбираем мебель для школьника.

Рост ребенка (см)	Высота стола (см)	Высота стула (см)
100 – 115	46	26
115 - 13	52	30
130 - 145	58	34
145 – 160	64	38
160 – 170	70	42
Выше 170	76	46

Если стол слишком велик для ребенка, то можно «нарастить» стул. Например, подложить жесткую подушку.

Ноги школьника должны стоять на полу. Если они висят, приобретите специальную подставку для ног. Правильный и удобный стул должен на 4-5 см. заходить за край стола, чтобы ребенок сидел ровно и не тянулся к тетрадкам и книжкам.

Стул должен быть устойчивым, полужестким, с высокой спинкой, чтобы малыш не проваливался и не ерзал. Вращающиеся офисные кресла, табуретки и скамейки использовать не рекомендуется.

Помимо общего освещения в комнате (стол должен стоять слева от окон), где занимается ученик, нужно установить дополнительный свет – настольную лампу. Ее обычно помещают в левый угол стола или закрепляют на стене чуть слева, чтобы правая рука не закрывала свет. Если ваш ребенок левша, поставьте лампу в правом углу стола.

Старайтесь, чтобы каждые 30 – 40 минут ребенок вставал из-за стола, делал легкую гимнастику или зарядку для глаз.

Требования к функциональным параметрам ранца.

Приложение 5.3. к методическим рекомендациям «Организация медицинской профилактики в общеобразовательных учреждениях НИИ гигиены и охраны здоровья детей РАМН от 2006 г.

Вес ранца не должен превышать 700 гр.

Конструкция ранца должна обеспечивать устойчивую форму.

Спинка ранца должна быть полужесткой и сохранять свою форму; рекомендуется использовать ранцы, спинка которых имеет специальные массажные профили.

Ширина плечевого ремня в верхнем отрезке на протяжении 400 – 450 мм должна быть не менее 35 – 40 мм.

Материал, из которого изготовлены плечевые ремни, должен быть эластичным; при использовании жесткого материала рекомендуются специальные накладки.

Высота передней стенки ранца должна составлять 220-260 мм, ширина – 66-100 мм, длина – 300-600 мм.

Материал, из которого изготовлен ранец, должен быть прочным, с водоотталкивающими свойствами, удобными для чистки.



Старшая медицинская

сестра Фирстова А.Г.

Режим дня дошкольника в выходные и праздничные дни.

Уважаемые родители, большое значение для здоровья и физического развития детей имеет режим дня не только в дошкольном учреждении, но и дома в выходные дни. Постоянное время для еды, сна, прогулок, игр и занятий очень важно для дошкольника.

Бодрое, жизнерадостное и в то же время уравновешенное настроение детей в большой мере зависит от выполнения режима. Запаздывание еды, сна, прогулок отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

Одним из немаловажных отличительных признаков воспитания в детском саду от домашнего является режим жизни. В детском саду все подчинено заранее установленному распорядку. И это несомненный плюс. Ведь такая системность приучает ребёнка к аккуратности, точности, порядку. Правильный прием пищи в одно и то же время способствует росту здорового организма.

Поведение ребенка в детском саду, его настроение, работоспособность находятся в прямой зависимости от того, как организованы его деятельность и сон в семье в обычные, а также в выходные дни.

Выходные дни дети проводят дома, как правило, с существенными отклонениями и даже нарушениями привычного режима детского сада. Не случайно функциональный уровень дошкольников в понедельник бывает хуже, чем во второй и третий день недели. Необходима серьезная организационная и воспитательная работа среди родителей по упорядочению домашнего режима и приведению его в соответствие с установленным в детском саду. Внимание родителей следует привлечь к организации вечерней прогулки, ночного сна, а в выходные дни к полноценному отдыху на воздухе, регламентации просмотра телевизионных передач, особенно перед сном.

Вам, родителям нужно следить за тем, чтобы в выходные дни, режим не отличался от установленного в детском саду и ставшего для ребенка привычным. Если ваш ребёнок не ходит в детский садик и остается дома, то вариаций дня может быть множество. Так или иначе, график дня ребенка делится на две части: «до обеда» и «после обеда». В дообеденное время ребенку полезно поиграть в активные развивающие игры, а после обеда мы рекомендуем вам почитать книги, посмотреть мультфильмы или детские передачи. Вечернее время лучше всего отвести для общения ребёнка с родителями: в этом возрасте потребность ребёнка в общении с мамой и папой очень велика. Истории, не всегда правдивые, но поучительные, заинтересуют вашего ребенка и, при помощи ярких образов, которые так впечатляют детей, отложатся на всю жизнь как правила и стереотипы поведения в тех или иных жизненных ситуациях.

Уважаемые родители, помните, что правильное физическое воспитание в сочетании с отвечающим гигиеническим требованиям режимом дня, достаточной продолжительностью сна и разумным питанием является залогом нормального роста и развития ребенка.

Удачи вам в воспитании вашего ребёнка!

Инструктор по физической культуре Гусева Т.В.

Подвижные игры для детей.

Лето не за горами, а значит не за горами и море, речка, лес, дача, детская площадка с играми и весельем! Подвижные игры летом — это игры на улице, и развивающие, познавательные занятия на свежем воздухе, и неважно где, лишь бы было увлекательно и весело! И лето дает больше возможностей для семейных игр с детьми, что способствует не только развитию детей, а и поддержке доверительных отношений с родителями. Позвольте себе окунуться вместе с детьми в детство, играя и наслаждаясь общением! Мы разместили на нашем сайте, по адресу: <http://mdou233.edu.yar.ru/> подборку подвижных игр, которой предлагаем воспользоваться для организации отдыха с детьми.

Занятия и игры для детей в воде

(Для дошкольников и детей школьного возраста)

Рыба в сети (подвижная игра в воде)

Выбирают двух ведущих. Игроки заходят по пояс в воду и расплываются недалеко в разные стороны. По сигналу ведущие, держась за руки, начинают «ловить рыбу», т.е. пытаться поймать кого-то из игроков. Пойманный игрок присоединяется к ведущим, их становится на 1 больше, размер сети увеличивается. Заканчивается игра тогда, когда вся «рыба» будет поймана.

УДОЧКА

Ведущий стоит в центре, раскручивает на веревке небольшой, относительно легкий мяч, а остальные, расположившись по кругу, должны вовремя окунуться, чтобы мяч пролетел над головой, не задев ее. Кто попался на удочку, тому водить.

Пятнашки

Игроки стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук от водящего, который расположился в центре. Водящий по сигналу взрослого начинает салить тех, кто не успел нырнуть в воду. Вынырнувших салить нельзя.

Подвижные игры на воздухе

(подойдут и для детского сада)

«Шишки, желуди, орехи»

Дети встают тройками и, взявшись за руки, образуют круг. Каждый из тройки имеет название: «шишки», «желуди», «орехи». Ведущий находится за пределами круга. Ведущий произносит слово «орехи» (или «шишки», «желуди»), и все игроки, которые имеют это название, меняются местами, а ведущий старается занять чье то место. Если это ему удастся, то он стает орехом («желудем», «шишкой»), а тот, кто остался без места, стает на место ведущего.

Выше ноги

Перед игрой дети выбирают территорию, за пределы которой нельзя выбегать. Затем выбирают одного ловца. Он начинает ловить игроков, что убегают. При этом дети стараются оторвать ноги от земли (стать на скамейку или камень). В таком положении ловец не имеет права их осалить. Если ловец догонит игрока, то они меняются ролями. Ловцу запрещается подстерегать игрока, а остальные не должны оставаться с поднятыми ногами более чем 20-30 секунд.

Светофор

На земле обозначают две линии метрах в 4-5 друг от друга, ведущий (светофор) становится между этими линиями, а все играющие должны встать за одной из них. Ведущий, отвернувшись от игроков называет какой-нибудь цвет и все игроки, у кого есть такой цвет в одежде переходят за другую линию. Те, у кого нет одежды такого цвета, должны пробежать мимо «светофора», а он в свою очередь должен коснуться кого-нибудь из «нарушителей». «Нарушитель» становится ведущим.

Игры с мячом

В начале игры ребята садятся в круг. Ведущий дает мяч одному игроку и включает музыку. Пока она звучит, дети перекачивают мяч друг другу. Как только музыка стихает, выбывает тот, у кого оказывается мяч. В конце игры из всех детей остается один, самый ловкий. Он и получит приз.

Попади в «цель»

Дети стоят за линией круга. В центре круга — ведущий. У одного из игроков мяч. Те, что стоят за кругом, кидают мяч в ведущего, стараясь попасть в него, или передают мяч товарищу, чтобы тот сделал бросок. Ведущий бежит, уклоняясь от ударов мяча. Игрок, который не попал мячом в ведущего, стает на его место.

Игра с обручем

Дети бросают небольшой мяч из — за спины через плечо правой или левой рукой, стараясь попасть в обруч (на расстоянии 2м).

Летние игры и занятия для малышей 2, 3, 4, 5 лет на воздухе

Возьмите коробку и два мячика. Малыш, сидя на стуле, должен попасть мячом в коробку, отодвинутую на полметра. Мяч надо брать захватом сверху и кидать в коробку. Один — правой рукой, второй — левой. Не забудьте после игры поощрить малыша за меткость. - ещё можно ловить бабочек сачком или пускать мыльные пузыри, поливать вместе клумбы, грядки — малыши любят возиться с водой, игрушечными ведрами и лейками. - «построить» небольшой домик-шалаш, халабуду из нашего детства. Можно соорудить из обычной палатки, одеял, покрывал и т.д.. Игра с камешками Детки очень любят собирать камни. Наберите камней разного цвета и размера в ведро, высыпьте их в миску с водичкой и помойте. Когда вы помыли камешки, можно начинать с ними играть. Можно класть камни в ведро и переносить их в какое-то место, можно делать это с помощью лопатки или чашечки. Можно обложить камешками цветочную клумбу, или дерево. Можно нарисовать на земле палочкой какую-то фигуру, и по контуру выкладывать ее камнями. Игры на пляже для малышей: - строительство песочных домов, гаражей или замков. и устроить соревнование — чей дом выше. — если есть галька, можно собрать из неё картинку — солнце, остров, цветок и т.д. простые камешки интересно раскрашивать мелками или красками. - возведение песчаных башенок из куличиков (пасочек). Не только двух-трехлетние малыши будут увлечены этим занятием, даже школьники могут потягаться в соревновании: чья башня выше и красивее. Возведение песчаных башен и скульптур не только помогает скоротать время, но и развить фантазию и творческие навыки у ребенка. - игры с надувным мячом. Малышу понравится, ведь мячик так весело попрыгивает. Игры с мячом помогают тренировать координацию движений ребенка, развивают ловкость и реакцию - игра в «подковки»: в песок следует воткнуть шест, которым может служить и обычная палка. Пластмассовые кольца необходимо набрасывать на шест с расстояния в 5-6 шагов (или больше, в зависимости от возраста). Победителем объявляется игрок, забросивший наибольшее количество колец. - на мелководье детям понравится игра в «крокодилчика»: ходить по дну на руках, удерживая другую часть тела на воде. Или состязание кто поднимет больше брызг. Пусть лето станет для вашей семьи незабываемым, наполненным яркими впечатлениями!

...