

5

Пойте на
здоровье!

9

Самая умная
страничка

13

Из жизни
нашего ДОУ

**ГАЗЕТА
РОДИТЕЛЕЙ**

Для тех, кто растит и воспитывает детей!

"Диалог с семьей"

Газета основана:
сентябрь 2007 года

№ 2
2016-2017 уч.год

Муниципальное казённое
дошкольное
образовательное
учреждение детский сад №3

ТЕМА НОМЕРА:

«Здоровье – дорожке богатства»

Содержание номера:

- Здоровые дети в здоровой семье
- Здоровье всему голова!
- Заочная школа для родителей «Пойте на здоровье!»
- Караван историй. 18 ноября – День Рождения Деда Мороза
- Рекомендации для родителей «Если ребенок ведет себя агрессивно»
- Самая умная страничка
- Отчего и почему? Почему снежинки разные?
- Говорят дети
- Из жизни нашего ДОУ. 3 декабря - Международный день инвалидов, Долгожданные награды участникам Спартакиады!, «Я, ты, он, она – вместе целая страна», «Новогоднее украшение для ёлки», Новогоднее представление «Ошибка профессора Туна-Муна», «А у нас Новый Год! Ёлка в гости зовет!», Малые зимние олимпийские игры



«Здоровые дети - в здоровой семье»

Представление о счастье каждый человек связывает с семьёй. Семья – это опора, крепость, начало всех начал. Это — первый коллектив ребёнка, естественная среда, где закладываются основы будущей личности и здоровья ребенка. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Длительное пребывание в неблагоприятных условиях вызывает перенапряжение адаптационных возможностей организма и приводит к истощению иммунной системы. Возникают хронические заболевания бронхолегочной системы, ЛОР-органов и другие болезни.

Рост количества заболеваний связан не только с социально-экологической обстановкой, но и самим образом жизни семьи ребенка, во многом зависящим от семейных традиций и характера двигательного режима. При недостаточной двигательной активности ребенка (гиподинамии) неизбежно происходит ухудшение развития двигательной функции и снижение физической работоспособности ребенка.



Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в младенческом возрасте.

К сожалению, в силу развитого культурного уровня нашего общества, здоровье ещё не стоит на первом месте среди потребностей человека.

Поэтому многие родители не могут служить для ребенка положительным примером здорового образа жизни, так как часто злоупотребляют курением и алкоголем, предпочитают многочасовые просмотры телепередач и видеофильмов, закаливанию, занятиям физкультурой, прогулки на свежем воздухе. Зачастую родители плохо представляют, как же необходимо приобщать ребенка к здоровому образу жизни.

Ребенку необходим спокойный, доброжелательный психологический климат в семье. Перебранки в присутствии ребенка в одних случаях способствуют возникновению у него невроза, а в других усугубляют уже имеющиеся нарушения нервной системы. Все это существенно снижает защитные возможности детского организма.

Правильно организованный режим дня – это режим дня, оптимально сочетающий период бодрствования и сна детей в течение суток, удовлетворяющий их потребности в пище, в деятельности, отдыхе, двигательной активности и др.

Кроме этого режим дисциплинирует детей, способствует формированию многих полезных навыков, приучает их к определенному ритму.

Прогулка является одним из существенных компонентов режима. Это наиболее эффективный вид отдыха, хорошо восстанавливает сниженные в процессе деятельности функциональные ресурсы организма, и в первую очередь – работоспособность. Пребывание на воздухе способствует повышению сопротивляемости организма и закаляет его. После активной прогулки у ребенка всегда нормализуется аппетит и сон. Прогулка должна проводиться в любую погоду, за исключением особо неблагоприятных условий. При этом одежда и обувь должны соответствовать погоде и всем гигиеническим требованиям. Во время прогулки нельзя допускать, чтобы дети длительное время находились в однообразной позе, поэтому необходимо изменять их вид деятельности и место игры. Хорошо сочетать прогулки со спортивными и подвижными играми. Дети должны гулять не менее 2 раз в день по 2 часа, летом – неограниченно. Сон, является не менее важной составляющей частью режима дня, который особенно необходим ослабленным детям. Важно, чтобы малыш ежедневно (и днем, и ночью) засыпал в одно и то же время.

Полноценное питание – включение в рацион продуктов, богатых витаминами А, В, С и Д, минеральными солями (кальцием, фосфором, железом, магнием, медью), а также белком.

Игра – ведущая деятельность в дошкольном возрасте. Чем лучше ребенок играет в сюжетно-ролевые игры, тем успешнее он будет заниматься в школе. Пока психика у ребенка развивается, он должен играть.

Без игры у детей формируется чувство страха, вялость и пассивность. Игра – ведущая человеческая потребность.

Удар по здоровью ребенка наносят вредные наклонности родителей. Не секрет, что дети курящих отцов и матерей болеют бронхолегочными заболеваниями чаще, чем дети не курящих.

Тяжелые последствия для здоровья ребенка имеют травмы и несчастные случаи, поэтому детей ни в коем случае нельзя оставлять одних, без присмотра. Дети очень любознательны и во всем стараются подражать нам, взрослым. Они могут включать электронагревательные приборы, любят играть с мелкими предметами.



Помните, здоровье ребенка в ваших руках!



**Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь, никто не продаст
Его берегите, как сердце, как глаз!**

КАРАНТИНУ СКАЖЕМ: «НЕТ!!!»**«Здоровье всему голова»****Лук от семи недуг**

Бронхит, сопровождающийся сухим кашлем с трудно отделяемой мокротой, можно лечить тёртым луком с мёдом (1:1). Принимают смесь по 1 ст.л. 4 раза в день вои время еды.

При гриппе свежим соком лука смазывают слизистую оболочку носа или вдыхают его пары через нос в течении 2-3 минут 3-4 раза в день. Особенно эффективно это лечение в начале заболевания. Вместо указанных процедур можно ставить марлевые тампоны с тёртым луком, закладывая их в каждую ноздрю на 10-15 минут 3 раза в день.

Кашица из запечённого лука способствует **созреванию абсцессов, фурункулов** и отхождению из них гноя. Тёплую кашицу накладывают на фурункул и прибинтовывают. Повязку меняют 2 раза в день.

Свежий сок лука является хорошим **ранозаживляющим средством** при гнойных, долго не заживающих язвах и ранах. Он способствует ликвидации зудящих высыпаний на коже, угрей и веснушек.

Сок и кашицу лука используют для укрепления и **предупреждения выпадения волос**, втирая в кожу головы на ночь. Процедуру проводят через день в течении 3-4 недель.



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ЗАОЧНАЯ ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Пойте на здоровье!»

Пение является основным средством музыкального воспитания. Дети любят петь и охотно поют. Пение развивает у детей музыкальный слух, чувство ритма, способность воспроизводить голосом мелодии по памяти. Так же пение оказывает большую помощь и в развитии речи у детей.

При пении приходится выговаривать слова протяжно, нараспев, что помогает правильному, четкому произношению отдельных звуков и слов.

Можно ли учить ребенка петь? Конечно, можно и нужно, но делать это необходимо, зная и учитывая возрастные особенности детей.

Голосовой аппарат ребенка отличается от голосового аппарата взрослого. Гортань с голосовыми связками в два-три с половиной раза меньше, чем у взрослого. Голосовые связки тонкие и короткие. Поэтому звук детского голоса высокий, а диапазон (объем голоса) от нижнего звука до верхнего очень небольшой.

Как сделать так, чтобы занятия пением приносили пользу и удовольствие ребенку?

Дети должны петь естественным, высоким, светлым звуком, без крика и напряжения. Для развития чистоты интонации, прежде всего надо выбирать песни, удобные по диапазону, тесситуре и дыханию. Очень важно систематически повторять с детьми разученные песни и при этом петь их без инструментального сопровождения, максимально выразительно, естественно, с точной интонацией и дикцией.



Хороший, яркий, выразительный образец исполнения песни – это основа для воспитания у малышек интереса к пению. Особенно желательно, чтобы взрослые пели на высоком звучании, так как, слушая такое исполнение, дети быстрее начинают подражать ему/

Музыкальный педагог должен не только владеть методикой пения, но и уметь беречь детский голос. Нужно следить за тем, чтобы дети пели естественным голосом, не форсируя звук, не говорили слишком громко. Крик, шум портит голос, притупляет слух детей и отрицательно влияет на их нервную систему.

Один из важнейших компонентов пения — дыхание. От характера дыхания зависит качество звучания детского голоса (вялый, напряженный, тусклый, звонкий). Дыхание – это двигательная сила голоса. Чтобы голос был сильным и красивым, нужно развивать диафрагмальное дыхание. Диафрагма – мышца, отделяющая грудную клетку от брюшной полости.

Она является своего рода дверцей, форточкой, которая не дает воздуху моментально выйти из нижних отделов наших легких, тем самым, позволяя нам сказать или пропеть целую фразу. Вообще такое дыхание очень полезно и для

здоровья человека. Оно способствует полной вентиляции легких, усиливается кровообращение, улучшается обмен веществ. У людей «поющих» гораздо меньше встречаются заболевания дыхательных путей.

Существует множество игровых упражнений, позволяющих детям овладеть дыханием «животиком»:

«Собачки» — подражание лаю собаки, дышать, как собачка (после продолжительного бега собака дышит очень часто, высунув язык);

«Насос» — надуть «мячик» (активный вдох и выдох одновременно носом и ртом);

«Ветер» — рисовать своим дыханием разные образы ветра (порывами, сильного, спокойного, мягкого и т.д.);

«Задуваем свечи на торте»

Вы можете делать эти упражнения дома вместе с ребенком.



А что делать, если ваш ребенок не хочет сам петь? Как сделать так, чтобы ребенок получал удовольствие от своего пения? Вот несколько советов.

- Не заставляйте ребенка петь! Не волнуйтесь, если ребенок долго не начинает петь. Малыш должен много раз услышать одну и ту же песенку, прежде чем сам начнет ее петь. Необходимо, чтобы в его памяти отложилось правильное звучание, иначе он не увидит разницы между верным вариантом и своим собственным неуверенным исполнением.

- Никогда не говорите ребенку, что он поет фальшиво! Правильность воспроизведения музыкальных звуков тесно связана с верой в себя. Если малыш поет неверно, скажите ему, что он поет почти правильно, но звук надо сначала прослушать мысленно, а уж потом петь. Никогда не говорите, что у него нет слуха!

- Хвалите! Чаще хвалите, радуйтесь успехам малыша, подпевайте ему.

- Пойте! Не бойтесь петь дома, даже если это не очень хорошо получается. Говорите ребенку, что петь – это замечательно. Пойте вместе с ним, пойте с другими членами вашей семьи. «Поющий» человек – счастливый человек! Пение – это своеобразный антидепрессант, оно расслабляет, успокаивает, воодушевляет, вдохновляет.

Позвольте себе быть счастливыми и пойте на здоровье!

КАРАВАН ИСТОРИЙ**18 ноября – День Рождения Деда Мороза**

18 ноября в России официально празднуют День рождения Деда Мороза. Каков возраст зимнего волшебника — доподлинно неизвестно, но точно, что более 2000 лет. Дату рождения Деда Мороза придумали сами дети, поскольку именно 18 ноября на его вотчине — в Великом Устюге — в свои права вступает настоящая зима, и ударяют морозы. Интересно, что в 1999 году Великий Устюг был официально назван родиной российского Деда Мороза. Особенно тщательно к этому празднику готовятся на родине именинника. В этот день открывают специальный почтовый ящик, в который можно опустить письма и поздравления для Деда Мороза. Этой возможностью с удовольствием пользуются и местные детишки, и приезжие туристы.

Кстати, современный Дед Мороз вынужден идти в ногу со временем, поэтому он осваивает и новые технологии — теперь письма от детей он получает и по электронной почте, а ещё ведёт блоги в соцсетях и общается со своими коллегами по сотовому телефону. Великий Устюг официально назван родиной российского Деда Мороза (Фото: Пуя Malov, Shutterstock) Надёжные помощники Деда Мороза каждый год готовят ему в подарок новый костюм, украшенный самобытной вышивкой. А дети зовут его ласково — «Дедушка Мороз». В День же его рождения поздравить сказочного именинника приезжают его многочисленные родственники и коллеги — Санта-Клаус из Финляндии, Чисхан — якутский Дед Мороз,

карельский Паккайне, зимний сказочник Микулаш из Чехии, Снегурочка из Костромы, а также официальные делегации из Вологды, Москвы, Нижнего Новгорода и многих других городов. А на центральной площади Великого Устюга в этот день проходят всевозможные праздничные мероприятия и, по традиции, зажигаются огни на первой новогодней ёлке. Ведь после этого праздника Дед Мороз поедет по российским городам и в каждом будет вместе с детьми зажигать огни на новогодних ёлках. Скоро Новый Год!



Великий Устюг официально назван родиной российского Деда Мороза

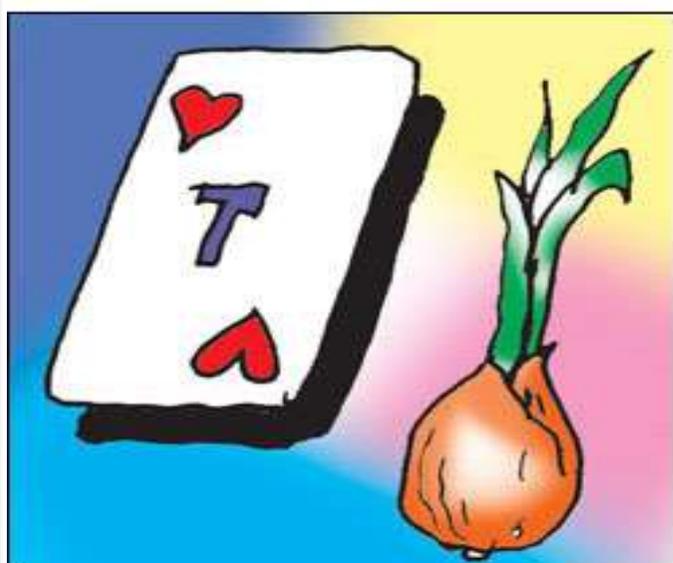
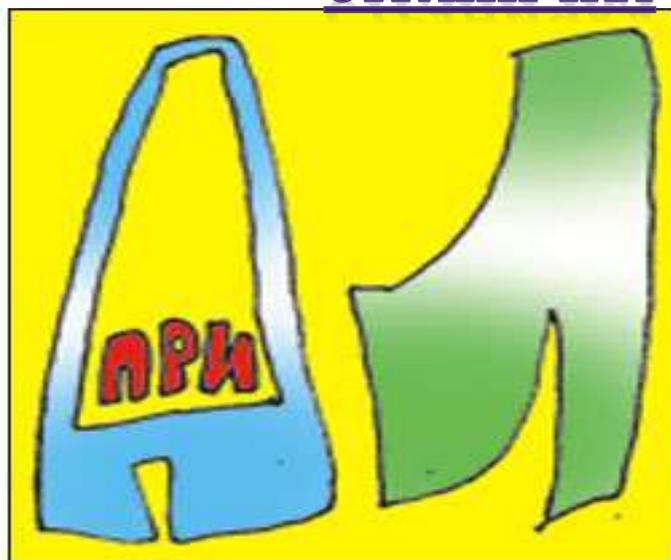
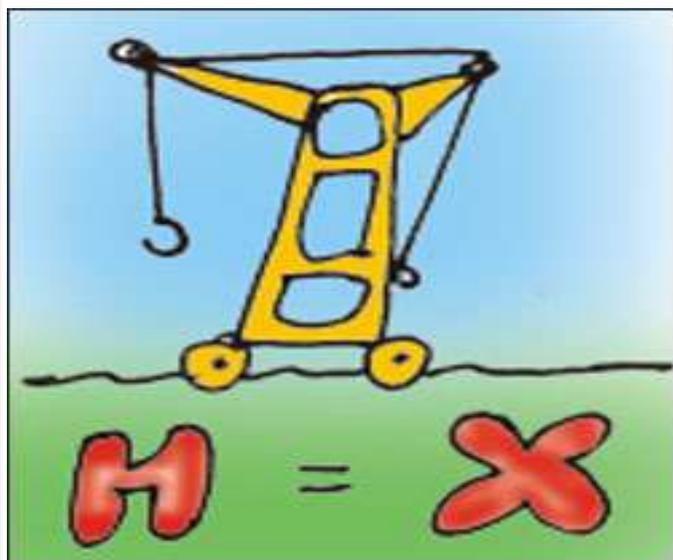
РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ**ЕСЛИ РЕБЕНОК ВЕДЕТ СЕБЯ АГРЕССИВНО**

1. Постарайтесь понять причины агрессивного поведения ребенка и устраните их.
2. Остановите занесенную для удара руку малыша, удержите за плечи и твердо скажите: «Нельзя!».
3. Отвлеките внимание малыша интересной игрушкой или каким-либо занятием.
4. Используйте мягкое физическое манипулирование: спокойно возьмите ребенка на руки и унесите его с места конфликта.
5. Создайте ситуацию, чтобы ребенок мог перенести свой гнев на безопасный предмет (резиновые игрушки, бумажные шарики и т. п.).
6. Учите малыша выражать свой гнев словами в вежливой форме, называя свои отрицательные эмоции: «Я злюсь», «Я сержусь» и т. п.
7. Не подавляйте агрессию ребенка с позиции силы, не отвечайте на нее вспышками собственного гнева: ребенок усвоит эти формы поведения и будет применять в будущем.
8. Наказывая ребенка, не ужимайте его и не угрожайте ему.
9. Не пытайтесь что-либо внушить своему ребенку в минуты приступа его агрессии – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее взбудоражат.
10. Учитесь общаться с ребенком. Любите его. Говорите ему ласковые и ободряющие слова, чаще обнимайте.

Коцева З.В. Первые шаги малыша в детском саду. – М., 2006

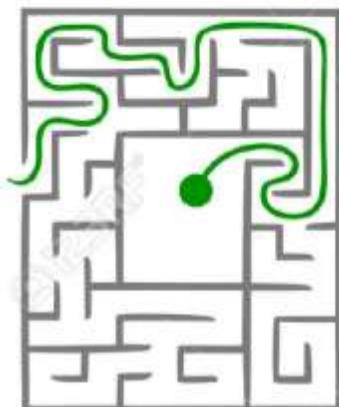


САМАЯ УМНАЯ
СТРАНИЧКА



ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Найди между картинками пять отличий.



ЖЕЛАЕМ УДАЧИ!!!

ОТЧЕГО И ПОЧЕМУ?

Почему снежинки разные?

Каждая снежинка имеет свою историю, и внешние условия у всех, хоть чуть-чуть, но отличаются, именно поэтому все снежинки разные. Не бывает совсем одинаковых снежинок — каждая проходит через различные комбинации влажности, температуры и давления.

Кристаллы разной формы рождаются при разной температуре. Кристаллы-столбики, которые образуются в холодных облаках высоко над поверхностью земли при низких температурах, падают сквозь более теплые облака, и на концах кристаллов могут образоваться звездочки. Получается, что форма снежинок — это точная запись их маршрута сквозь разные облака с различной температурой к поверхности земли.

Каждая снежинка неповторима, со своей изысканной конструкцией, единственная во всем мире. Посмотрите на снежинку, и вы разглядите сложную фигурку, где внутри одной звезды находятся другие кристаллы.



Снежинка растет, она становится очень тяжелой и падает на землю, при этом ее форма меняется. Если снежинка во время падения вращается, как волчок, то она приобретет идеально симметричную форму. Если же она падает одной стороной вниз или иначе, то и форма ее не будет симметричной. Падающие кристаллы часто слипаются, формируясь в большие снежные хлопья.

Теперь вы знаете, как образуются снежинки, и от чего зависит форма снежинок. Рассмотрите разные снежинки во время прогулки. Это должно быть очень интересным занятием!

Приятной вам прогулки и красивой снежной зимы!



Говорят дети



После посещения садика спрашиваю:

- Доча, а вы какой сегодня суп в садике кушали?
- Варёный!!!

Фёдор (3 года 2 месяца):

— Маленькие дети сначала идут в детский сад, потом идут в школу, после школы в университет, потом в ресторан... — задумывается. — Мама, а куда они идут после ресторана?



Спрашиваю дочку (2 года 10 месяцев):

- Алёна, ты ребяток в садике не обижаешь?
- Нет, они сами обижаются.

Дочка (2,5 года) сидит, красит синим фломастером ногти. А завтра впервые идёт в детский сад. Бабушка:

- Лерочка, ты зачем ногти-то красишь? Что твоя воспитательница скажет?
- Она посмотрит и скажет: «Ооо, какая касавица!!!»



Купаем Сашку, у него шишка на голове.

Спрашиваю:

- Откуда это у тебя?
- Мы играли в садике, один мальчик себя бил по голове ведёрком. Я подошёл и сказал, чтобы он не бил себя.
- А шишка у тебя откуда?..
- Так он и меня ведёрком по голове стукнул!

Саша разговаривает с бабушкой по телефону, та её спрашивает:

— Ты почему в садик не ходишь?

Саша:

— А там дети карантинном болеют.

ИЗ ЖИЗНИ НАШЕГО ДОУ

Международный день инвалидов

В 1992 году Генеральная Ассамблея ООН провозгласила 3 декабря Международным Днем инвалидов. В нашем ДОУ была подготовлена стендовая информация для родителей «Международный день инвалидов». С воспитанниками старшей и подготовительной групп были проведены беседы по теме: «Это трудно, это сложно, но иначе - невозможно» направленные на развитие духовно-нравственных качеств, формирование духовно-нравственного отношения и чувства к детям-инвалидам, к людям с ограниченными возможностями. Со старшими дошкольниками был организован просмотр мультфильма «Цветик – семицветик» и видеоролика «Герои паралимпиады». Самое главное было вызвать желание детей помогать инвалидам не только в День инвалидов, но и поддерживать их, помнить о них и в другие дни!



Долгожданные награды участникам Спартакиады!

7 декабря на базе МДОУ центр развития ребенка – д/с № 14 прошел спортивный праздник, на котором чествовали наших воспитанников, занявших почетное 2 место в районной спартакиаде. Команду нашего ДОУ «Крепыши» под руководством воспитателя Богацкой Т.А. пришел поздравить руководитель секции каратэ Александр Сафронов со своими подопечными. Юные каратисты впечатлили дошколят своим выступлением, а когда их тренер каждому победителю вручил медаль и пожал руку, радости малышей не было предела.

Поздравляем наших спортсменов и ждем новых достижений в следующем году!





«Я, ты, он, она – вместе целая страна»

В рамках совместной деятельности нашего ДОУ и МБУК «Узловского художественно - краеведческого музея», сотрудники музея для дошколят провели интерактивное занятие «Я, ты, он, она – вместе целая страна». Во время которого наши воспитанники совершили уникальное путешествие в различные уголки нашей необъятной страны, узнали больше о народах и народностях, населяющих её, а также познакомились с обычаями, костюмами, играми этих народов. Формат занятия был настолько обширен, а обстановка такой душевной, что дети получили заряд положительных эмоций и узнали много интересного!

«Новогоднее украшение для ёлки»

В нашем детском саду проходит выставка «Новогоднее украшение для ёлки».

Каких только чудес здесь не увидишь! И елочные игрушки, и веселые снеговвики, и Дед Мороз со своей внучкой Снегурочкой и конечно же символ наступающего года – петушок... Всего не перечислить! Хочется выразить огромную благодарность всем семьям наших воспитанников, принявших участие в конкурсе-выставке за оригинальность, выдумку, творчество и фантазию при выполнении ярких, удивительных, сказочных игрушек.



Новогоднее представление «Ошибка профессора Туна-Муна»

27 декабря в рамках реализации задач годового плана работы по преемственности со школой, воспитанники старшей и подготовительной групп были приглашены на новогоднее представление в МБОУ СОШ № 18. Интересный сценарий, костюмы главных героев, все это вызвало восторг у наших дошколят, который смотрели сказку на одном дыхании. А дальше были веселые игры, хороводы, песни, ну и конечно совместное зажигание огоньков на красавице-ёлке. Хочется сказать слова благодарности педагогу-организатору МБОУ СОШ № 18 Гаврищук Ларисе Валентиновне за креативность и профессионализм в подготовке представления.



«А у нас Новый Год! Ёлка в гости зовет!»

Бывают в нашей жизни такие праздники, от которых ждешь чудес и волшебства вне зависимости от того, сколько тебе лет. Конечно же, таким праздником является Новый год!

27, 28 и 29 декабря в нашем ДОУ прошли новогодние утренники. Как по мановению волшебной палочки все группы засверкали мишурой и блестящим дождем. А когда пришла главная гостья – пушистая ёлочка – вот тогда и началась настоящая новогодняя сказка!

В младшей и средней группах Дед Мороз пришел не только со своей внучкой - Снегурочкой, но и с друзьями-зверятами Лисичкой и Мишкой, роли которых успешно исполнили воспитанники из старшей и подготовительной группы.

В старшей и подготовительной группах, лесная нечисть – Баба Яга и внучка ее Ягусенька внесли интригу в сказочное действо и вместе с Атаманшей, Царем и принцессой помогли ребятам найти Деда Мороза.

Малые зимние олимпийские игры

В соответствии с годовым планом с 23 по 27 января в нашем детском саду прошли малые зимние олимпийские игры, с целью повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни. В состязаниях приняли участие дошколята старшей и подготовительной групп. На празднике открытия по традиции был вынесен олимпийский флаг и «зажжен» олимпийский огонь. Боевой спортивный дух ребят поддерживали песни, танцы и игры.

В течение недели команды «Смельчаки» (старшая группа, воспитатель Дындыс Л.В.) и «Крепыши» (подготовительная группа, воспитатель Логачева Н.В.) соревновались между собой. Они узнали много интересного о зимних видах спорта, олимпийских чемпионах, о символах олимпийского движения. Дети еще раз показали себя сильными, ловкими, выносливыми, дружными.

27 января состоялось торжественное закрытие малых зимних Олимпийских игр в детском саду, был отпущен в небо талисман нашей олимпиады - Мишка. Все участники были награждены грамотами за активное участие в малых зимних олимпийских играх.



Редакционная коллегия

Воркунова Мария Сергеевна, заведующий
Буцяк Нина Николаевна, зам.заведующего по ВиМР

Редакционный совет

Воркунова Мария Сергеевна, заведующий
Буцяк Нина Николаевна, зам.заведующего по ВиМР