

Газета для детей,
а также их родителей,
их бабушек и дедушек



- белобока

**МДОУ общеразвивающего
вида №25**

выпуск январь 2021года

- * Год науки и технологий...стр.1
- * Зимние фантазии ...стр.2
- * Безопасность зимних прогулок
...стр.3
- * Советы айболита...стр.4
- * Играем вместе с детьми...стр.5



Год науки и технологий



2021 год в России объявлен годом науки и технологий. Это хороший повод для проведения в детских садах различных мероприятий по продвижению научной литературы, привлечения внимания детей к научным открытиям и технологическим достижениям. Чем больше детей будут увлечены наукой, тем больший потенциал технического развития будет у страны. Большая наука начинается с увлеченных детей, в наших силах сделать профессию исследователя привлекательной для них.

Развитие технологий во многом зависит от интереса к науке, исследованиям и открытиям сегодняшних дошкольников. В рамках реализации мероприятий, посвященных году науки и технологий, педагоги нашего детского сада провели цикл бесед с детьми «Мир технологий», консультации с родителями «Занимательные опыты», провели экспериментальную деятельность с детьми. Проводя опыты, ребята знакомились со свойствами воды, льда, воздуха, бумаги; изучали твердые и жидкие вещества; смешивали основные цвета и получали новые.



Зимняя фантазия

Зима- волшебное, удивительное время года. Дети с нетерпением ждут снега, радуются ему. Как только выпадает снег, все вокруг становится сказочным, необыкновенно красивым. Зима – это время года, когда дети могут играть в снежки, лепить из снега, кататься с горки. Двигательная активность улучшает состояние здоровья ребенка. Самый благоприятный период для активации двигательных навыков – это конечно прогулка. Весной, летом можно использовать мячи, скакалки и многое другое оборудование. А как же зимой? Конечно санки, лыжи и коньки никто не отменял, но такое оборудование как снег – прекрасная альтернатива. Ведь из снега можно слепить разнообразные фигуры, которые в последующем можно использовать для развития двигательной активности детей. Ведь это не только красиво, но и полезно!

А чтобы постройки были яркими, разноцветными, долго держали форму можно использовать полиэтиленовые пакеты, а точнее мешки для мусора. Такой эффектный и оригинальный шедевр не требует для своего изготовления каких-то специальных знаний и значительных материальных затрат.



БЕЗОПАСНОСТЬ ЗИМНИХ ПРОГУЛОК

На первых этапах своих прогулок дети нуждаются в подсказке и поддержке взрослых. Необходимо показать ребенку, как правильно спуститься с горки, как проехать на санках, на лыжах, где можно спуститься, а где нельзя. Такие беседы с ребенком обязательны, особенно с маленькими детьми.

Телесные повреждения независимо от времени года оставляют у ребенка физическую и психологическую травмы. Если малыш упал, родители должны проявить участие, успокоить, расспросить, где и что у него болит. Если ребенок жалуется на то, что он не может встать или самостоятельно идти, нужно немедленно обратиться в травматологический пункт.

На полусогнутых

Зимние травмы у детей в основном связаны с гололедом. И перед выходом на лед неплохо научить малыша правильно падать - это умение пригодится ему в жизни.

Пусть ребенок потренируется на полу.

- Падая лицом вперед, важно приземлиться на чуть согнутые, пружинящие ноги и руки, как это делают животные. Тогда вероятность получить травму значительно снижается.

- Падая на спину, необходимо сгруппироваться: свернуться калачиком, поджать голову и ноги и в таком положении попробовать «покачаться» вперед-назад. При подобном перекате нагрузка на позвоночник распределяется физиологически правильно, а кроме того, нет риска повредить голову, ноги или руки. Конечно, чтобы освоить такую науку безопасных приземлений, понадобится время.



Новомодные специалисты считают очень полезными современные оздоровительные мероприятия:

1. Босохождение по земле, покрытой инеем, а затем по снегу.
2. Обливание водой на свежем воздухе.
3. Использование бани, сауны.
4. Контрастный душ.
5. Использование замороженного полотенца для ходьбы
6. Проведение релаксации и медитации.

Конечно, стоит на них обратить внимание, но рекомендовать их может только лечащий врач, который хорошо знает ребенка.



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В КАКИХ ПРОДУКТАХ "ЖИВУТ" ВИТАМИНЫ



Витамин А (ретинол)

— содержится в наибольшем количестве в печени трески (консервы), в печени домашнего скота и птицы; в гораздо меньших количествах — в яичке зерновой, масле сливочном, сыре, яйцах куриных. Кроме того, провитамином А является бета-каротин, который содержится в основном в растительных продуктах: моркови, петрушке, укропе, луке, шпинате и других. Витамин А обеспечивает нормальное состояние кожи и слизистых оболочек, улучшает зрение, улучшает сопротивляемость организма. Влияет на рост и развитие организма и формирование скелета.



Витамин В1

— находится в горохе, фасоле, зеленом горошке, крупах (пшено, овес, гречка), в пшеничном хлебе из цельного зерна или с отрубями (в хлебе из муки высшего сорта его мало), свинине нежирной, печени и почках животных. Играет важную роль в обмене веществ (прежде всего — углеводов), необходим для нормальной деятельности центральной и периферической нервной системы. Он нормализует кислотность и двигательную функцию желудка и кишечника, повышает сопротивляемость организма инфекциям, укрепляет нервную систему, память, улучшает пищеварение.



Витамин В2

— в печени, почках, твороге, сыре, шпинате, меньше в молоке и кисломолочных продуктах, рыбе, масле сливочном, крупах (овес, гречка). Участвует в обмене жиров и обеспечении организма энергией, важен для восприятия различных цветов в процессе зрения. Он укрепляет волосы, ногти, положительно влияет на состояние нервной системы, функции печени и кроветворения.

Физическое воспитание ребенка в семье

Долг родителей — укрепить здоровье ребенка в данный момент и обеспечить благоприятное развитие детского организма в будущем. Нормальное развитие и состояние здоровья обеспечивается созданием оптимальных условий, то есть организацией правильного режима.

В физическом воспитании детей дошкольного возраста используются **физические упражнения** (ходьба, бег, упражнения в равновесии, метание, лазание, подвижные игры), **спортивные упражнения**, **гигиенические факторы** (режим дня, питание, сон и т. п.), **естественные силы природы** (солнце, воздух и вода).

Физические упражнения

Задания и объяснения должны быть ясными и четкими, давать их надо бодрым голосом и тут же показывать все движения.

Упражнения должны быть интересными, в них следует использовать хорошо запоминающиеся образные сравнения, например: «птичка», «кошка», «паровоз».

Основной принцип, которого должны придерживаться родители, занимаясь физическими упражнениями с малышами, — изображать все в виде игры. Веселый тон, шутка, смех, активное участие взрослого всегда увлекают ребенка.

Количество повторений движений для дошкольников обычно колеблется от 2—3 до 10.

После наиболее трудных упражнений необходимо давать кратковременные паузы отдыха (30—60 с).

Средние значения показателей двигательной активности детей за полный день — объем 17 000 движений; интенсивность 55-65 движений в минуту

Физические упражнения только тогда приносят пользу, когда ими занимаются систематически. Родители обязаны ежедневно находить время для занятий физическими упражнениями со своими детьми и тщательно следить за их здоровьем, обращая внимание на внешний вид, настроение и самочувствие ребенка.

Играем вместе с детьми

РАЗВИВАЮЩИЕ КАРТОЧКИ ДЛЯ ИГР С ДЕТЬМИ

РАЗВИВАЮЩИЕ КАРТОЧКИ ДЛЯ ИГР С

ДЕТЬМИ

Играем вместе с оригинальным способом как изготовить без особых затрат развивающие карточки для занятий с детьми. Интересный способ завлечь ребенка и проводить с ним развивающие занятия дома.

Для занятий по изучению цвета Вам понадобится сделать цветные карточки. Эти карточки сделать очень легко. В магазине канцелярских товаров можно купить

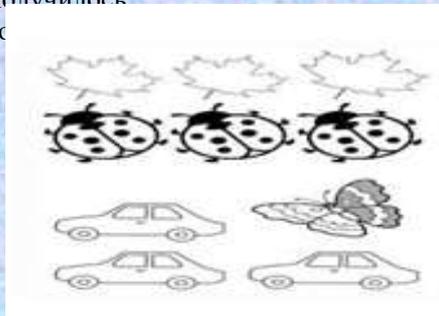
листы (которые можно использовать при печати на принтере), например, листы (которые можно использовать при печати на принтере), например, листы (которые можно использовать при печати на принтере), например,

цвета на которых необходимо начинать изучать цвета с ребенком. Вы можете использовать любые другие цвета.

Распечатайте эти веселые картинки на цветных листах.

Распечатываем эти веселые картинки на цветных листах.

Ниже можно увидеть что получится



Игры с карточками:

1. Первый вариант игр с цветными картинками. Берем любимую игрушку Вашего ребенка, усаживаем его за столик (или если на полу то по центру). Рассказываем сказку. Например: Сегодня к нам в гости пришел медведь, какой хороший медведь, добрый, давай погладим медведя. Мы его гладим, приговариваем хороший. Давай подарим нашему мишке подарки. Подари (к примеру) ему красную машинку. Ребенок должен найти картинку с изображением красной машины. Затем, к примеру, зеленый листик и т.д.
2. Если участвуют несколько детей. Распечатывала картинки в нескольких экземплярах, поровну для каждого ребенка. Раскладываем на столе каждому малышу комплект. Допустим жук, и каждому жук четырех цветов. Сажаем по центру любую игрушку. Просим подарить этой игрушке к примеру желтого жука, затем красного. Дети должны правильно отличать цвета. Эта игра может превратиться в своего рода соревнование, кто первый принесет заданного жука.
3. Ещё один способ игры с карточками, просто раскладывать их по стопочкам. Собрать красные в одну стопку, зеленые в другую и т.д.
4. Когда ребенок станет постарше и сможет говорить, можно играть в такую игру: Взять картинки с изображением машинок только синего цвета (3 шт.) и одну картинку с машиной красного цвета и спросить ребенка: Какая картинка здесь лишняя, почему?

Играйте в развивающие игры вместе с Вашим ребенком, это очень полезно для Вашего малыша. Вместо этих картинок можно использовать геометрические фигуры или буквы, или цифры.