

Выпуск № 2
апрель-август
2021

ЛЬДИНКА



Познавательно-развлекательная газета для детей, родителей, педагогов
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад № 65" г. Ярославля

Читайте в номере:

- **От редакции** (стр. 1)
- **Заботливая «Льдинка»**
Закаливание детей летом
(стр. 2-3)
- **Новости детского сада**
(стр. 4-5)
- **Родителям на заметку**
Игнорирование
ребенком просьб
родителей (стр. 6)

Написать в редакцию Вы
можете по

E-mail:
Yardou065@yandex.ru

или обратиться к
воспитателям.

Сайт детского сада

mdou65.edu.yar.ru

Следите за каждым
новым выпуском
«Льдинки»! Редакция
газеты, по-прежнему,
готова принять от Вас

От редакции

**Мы рады приветствовать вас,
уважаемые читатели!**

Солнышко на улице, пришло тепло и день увеличился. Казалось бы как «весна» влияет на наших детей?

Смену времен года, особенно приход весны, эмоционально переживает каждый человек. Но особенно это сказывается на детях. Детям, организм которых еще не сформирован, а поэтому впечатлительный, вдвое сложнее справиться с повышенной солнечной активностью. У дошкольников обычно изменяется поведение. Дети особенно со слабой неустойчивой нервной системой становятся подвижными, чересчур активными, драчливыми, неуправляемыми, в тоже время имеет место частая смена настроения, повышенная плаксивость.

Соблюдение режима дня и исключение переутомления. Весной необходимо внимательно следить, чтобы сын или дочь придерживались режима дня и не переутомлялись. Поможет избежать нервное перенапряжение правильное питание. Организм нуждается в витаминах. Нужно употреблять овсяную кашу, сыр, яйца, рис, молочные продукты, свинину, рыбу, капусту и бананы.

Повышенная активность у детей требует выхода и будет лучше, если вы ребенком или он сам будет больше гулять.

Лето — удивительная и богатая пора, когда детям можно вдоволь гулять, бегать и прыгать. Именно в этот период они много времени проводят на свежем воздухе. И очень важно так организовать жизнь дошкольников, чтобы каждый день приносил им что-то новое, был наполнен интересным содержанием, чтобы воспоминания о летнем времени, играх, прогулках, праздниках и развлечениях, интересных эпизодах из их жизни еще долго радовали детей.

Именно поэтому работа детского сада летом, немного отличается от другого времени. Детям уделяется не меньше внимания, но гораздо больше времени они проводят на свежем воздухе. Основные занятия летом в детском саду: коллективные игры на свежем воздухе; активные и регулярные физические нагрузки; спортивные соревнования; ознакомление детей с окружающей их природой; чтение детской литературы.



Закаливание детей летом

Весна и лето особенно благоприятны для укрепления здоровья детей. Они должны как можно дольше быть на улице уже с первых весенних дней.

Ребенка следует приучать мыть ноги прохладной водой. Общеизвестно, что летом ребенок должен вымыть ноги, перед тем как лечь в постель или обуться. Это элементарное правило гигиены. А вот закаливающее влияние систематического обмывания ступней часто ускользает от внимания родителей. Между тем это прекрасное закаливающее средство, которое действительно, как и все другие способы при систематическом применении. Нельзя пропускать ни одного дня, дети должны обмывать ноги независимо от погоды и от того, ходили они в этот день босиком или нет. Температуру воды следует постепенно снижать. Детей надо научить выполнению при этом основных гигиенических требований: мыть ноги в отдельном тазу, пользуясь мылом и мочалкой, насухо вытирать специально выделенным для этой цели полотенцем, надевать тапочки или сандалии так, чтобы не запачкать вымытых ног.

Летом лучше всего мыть ноги на воздухе, это усиливает закаливающее действие. К тому же ребенку легче овладеть навыком самостоятельно мыть ноги, потому что он не опасается замочить пол.

Нужно также научить детей ежедневно мыться прохладной водой до пояса. Ребенок моет с мылом руки до локтей, затем водой, набранной в пригоршню, последовательно обмывает руки до плеч (поочередно), лицо, шею, грудь и подмышки, обмыть спину придется помочь. По окончании мытья ребенок перекидывает через шею полотенце и быстрыми движениями (вначале с помощью взрослого) вытирает грудь, лицо, шею и т. д. Старшие дети быстро начинают умываться самостоятельно, младшим надо помогать.

Дети очень любят воду. Летом в теплую погоду можно разрешить им побродить по дну мелкого ручья, поиграть на влажном берегу, строить из мокрого песка крепости, рыть колодцы, возводить плотины.

Не страшно, если детям придется пробежать по сырой траве, лужам или даже попасть во время прогулки под теплый летний дождь — это еще больше повысит устойчивость их организма. Опасно только оставлять детей в мокрой одежде.

Ходение босиком — один из древнейших приемов закаливания, широко практикуемый и сегодня во многих странах. К тому же происходит тренировка мышц стопы. Предотвращая плоскостопие. Поэтому рекомендуется ходить босиком по скошенной траве, опавшей хвое в лесу и т. п. Начинать хождение босиком надо в комнате, сначала по 1 минуте и прибавлять через каждые 5—7 дней по 1 минуте, доведя общую продолжительность до 8—10 минут ежедневно.

Из специальных мер закаливания в летнее время используются воздушные и солнечные ванны, обтирания, обливания, купания в естественных водоемах.

Воздушные ванны применяются с целью приучить детей к непосредственному соприкосновению всей поверхности тела с воздухом. При этом, кроме температуры, имеют значение влажность и движение воздуха.

Жарким летом, когда дети весь день ходят только в трусиках, особой необходимости в приеме специальных воздушных ванн нет. Весной же, когда еще нет привычки к воздуху, и в прохладные дни, которые случаются и в летнюю пору, они очень полезны.

Для воздушных ванн выбирают площадку, защищенную от ветра, проводить их можно на террасе, на открытом балконе. Детей раздевают догола или оставляют только короткие трусики.

Вначале воздушные ванны продолжаются всего 3—4 минуты, постепенно увеличивая их продолжительность, можно довести до часа. Начинать процедуру лучше в тихую погоду при температуре воздуха не ниже 23—24°.

Во время воздушных ванн дети должны быть в движении, в прохладные дни надо подбирать более подвижные игры, в теплые — спокойные. Можно предложить ребенку какое-нибудь интересное задание: бросать и ловить мяч определенное количество раз так, чтобы он ни разу не упал, прокатить деревянный обруч до конца дорожки, оббежать 2—3 раза вокруг дерева, беседки и т. п.



Солнечные ванны оказывают на организм дошкольников общее укрепляющее действие, усиливают обмен веществ, повышают сопротивляемость организма к заболеваниям. В коже под влиянием солнечных лучей образуются вещества, богатые витамином D (противорахитическим), что улучшает усвоение солей кальция и фосфора, особенно важных для растущего организма. Пребывание на солнце полезно еще потому, что дети привыкают переносить тепловое действие солнечных лучей и чувствуют себя бодро даже в жаркую погоду. Но после продолжительного пребывания на солнце у некоторых детей может появиться слабость, раздражительность, иногда плохой сон. Поэтому необходимо внимательно следить за самочувствием детей как во время приема солнечной ванны, так и после нее.

Место, выбранное для приема солнечных ванн, должно быть сухое. Ребенок ложится на подстилку так, чтобы тело было освещено солнцем, а голова находилась в тени (ее можно покрыть панамой). Продолжительность процедуры вначале 4 минуты, при этом ребенок меняет положение, подставляя солнцу спину, правый и левый бок, живот. Через каждые 2—3 ванны ко времени облучения прибавляется еще по минуте для каждой стороны тела. Постепенно длительность солнечной ванны можно довести до 25—30 минут.

Через 2—3 минуты по окончании солнечной ванны ребенка надо облить водой с температурой 26—28° и устроить на полчаса отдыхать в тени.

Обтирание — наиболее мягко действующая водная процедура, которую можно применять не только здоровым, но и слабым детям.

Выполняется процедура следующим образом. Смоченным концом полотенца или рукавичкой обтирают руки, шею, грудь, живот, ноги, спину, сразу же вытирая насухо до легкого покраснения. Температура воды вначале 30°, постепенно ее снижают, доводя до комнатной.

Обливание — прекрасное средство закаливания, простое и доступное. Первоначально температура воды должна быть 30—32°, через каждые 3 дня ее снижают на один градус. Можно довести ее до 22—20° для детей младшего дошкольного возраста и до 18° — для 6—7-летних.

В теплые дни процедуру проводят на воздухе, в холодные, сырые или ветреные — в помещении. Для обливания можно использовать душ, садовую лейку или кувшин. Ребенок становится на деревянную решетку (чтобы не пачкать подошвы ног после обливания). Сначала он обмывает под струей воды руки (с мылом), лицо, слегка смачивая влажной рукой голову. Затем струю воды с высоты 40—50 сантиметров

направляют ему на шею, минуя голову. Ребенок поворачивается, поочередно подставляя спину, бок, грудь и т. д. Вода должна широким потоком стекать по телу.

Купание в естественных водоемах можно начинать при установившейся погоде, в тихий солнечный день, когда температура воздуха не ниже 25—26°, а вода не слишком холодная (сначала 22—23°). После того как дети привыкнут к купанию, его не следует отменять и при температуре воздуха 18°.

Основные правила. Ребенок не должен купаться более одного раза в день, длительность пребывания в воде — не дольше 5—8 минут (начиная с 1—2 минут, постепенно увеличивая время). Если вода холодная, достаточно 2—3 раза окунуться и выйти. После купания надо хорошо вытереться, одеться, согреться движением (побегать), а потом отдохнуть в тени. Увлеченные купанием дети часто пренебрегают установленными правилами и от переохладения начинают зябнуть. А это не件зно для здоровья. Приучите ребенка выходить из воды по вашему требованию, не своевольничать в этом деле. Во время купания дети должны двигаться: прыгать, играть, делать плавательные движения. Часто задают вопрос, можно ли одновременно проводить с дошкольниками несколько способов закаливания.

При выборе количества процедур и определении их места в режиме дня надо учитывать, во-первых, что сильно охлаждающие процедуры, охватывающие всю поверхность тела ребенка, можно назначать не чаще одного раза в день. Так, например, в тот день, когда дети купаются в реке, не следует проводить обливания. Это не значит, конечно, что в этот день не надо мыться до пояса или мыть ноги прохладной водой. Такие частичные обмывания летом являются скорее гигиеническим средством, таким же, как мытье рук и лица.

Во-вторых, допустимо проведение воздушной и водной процедуры в один день. Это могут быть как самостоятельные мероприятия, например обливание до обеда, воздушные ванны во второй половине дня, так и связанные друг с другом: водная процедура после воздушной ванны.

И наконец, не следует проводить перед сном сильнодействующие водные процедуры, например холодный душ. Они оказывают возбуждающее действие, которое очень件зно утром или днем, но не вечером.

При разумном использовании естественных природных факторов дети за лето закаляются, становятся здоровее. Закрепить полученные результаты, сделать их стойкими можно лишь в том случае, если привычку к свежему воздуху и прохладной воде поддерживать в течение всего года

С апреля по август в детском саду прошли следующие мероприятия. Своими впечатлениями мы хотели бы поделиться с вами.

В апреле в группе № 10 прошла Книжкина неделя". Дети знакомили друг друга со своими любимыми книгами и их авторами, мастерили книжки-малышки и даже появилась пластилиновая книга. Познакомились с правилами чтения книг. И закончили неделю игрой-векториной.



В апреле у ребят средних групп прошел праздник, посвященный Дню космонавтики, на котором дети играли в игры, рассказывали стихи. Праздник завершился награждением участников краткосрочного проекта "Моя дорога к звёздам", прекрасным итогом большой работы и пожеланием всем прекрасного настроения и творческого вдохновения!



Детям подготовительных групп предоставилась возможность поучаствовать во всероссийском фестивале детского творчества "Добрая волна". Ребята выступили очень достойно, мы ими гордимся!



В апреле у нас прошло организованное массовое мероприятие "Умные каникулы", которое было проведено с целью воспитания межнациональной культуры общения среди детей дошкольного возраста. Ребята подготовительных групп нашего сада представляли Индию



Мир и дружба всем нужны,
Мир важнее всего на свете
На земле, где нет войны,
Ночью спят спокойно дети,
Там, где пушки не гремят
В небе солнце ярко светит.
нужен мир для всех ребят
нужен мир на всей планете!!

Наши воспитанники со своими воспитателями и родителями приняли участие в акции «Окна Победы»



Вечная слава победителям!
Помним, гордимся, благодарим
за Великую Победу! Дети группы 10 посетили Воинский мемориал и поклонились героям Великой Отечественной войны.



21 мая состоялось торжественное открытие Аллеи Выпускников. Родители украсили аллею аркой, а дети подготовительных групп (10 и 4) посадили на память туи.



1 июня - День защиты детей! Праздник начался с весёлой зажигательной зарядки, а продолжился конкурсом рисунков на асфальте "Здравствуй, лето!"



9 июня в сквере на ул. Юности в рамках методического объединения инструкторов по физической культуре Ленинского и Кировского районов г. Ярославля, состоялся замечательный спортивный праздник, в котором приняли участие 8 детских садов.



Праздник под названием "Здоровые дети- будущее России!" посвящён дню независимости нашей родины. Всё команды были очень дружные, ловкие и смелые. Команда нашего детского сада "Солнышко". Победила дружба!



Большое спасибо детям за участие в празднике и родителям за самых лучших детей!

Уже стало доброй традицией в жаркую погоду проводить праздник воды. В этом году вместо традиционного Нептуна в гости в детский сад пожаловала разгневанная Морская Царица, обещавшая устроить бурю.



Но наши замечательные дети своими задорными играми и танцами смогли развеселить гостью. Закончился праздник весёлыми играми с водой.



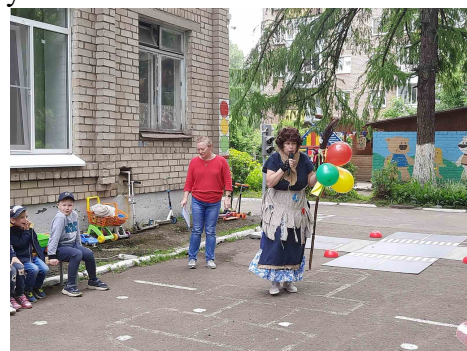
В июле в детском саду прошёл День песка.



В августе нашем детском саду прошёл весёлый познавательный праздник "Дары леса". Ребятам было очень интересно и увлекательно путешествовать вместе с героями: Гриб боровик и Ягодка малинка.



В детском саду прошёл образовательный праздник "Правила дорожного движения". Дети в форме игры познакомились с правилами ПДД. Было очень интересно и увлекательно!



Все лето дети старших и подготовительных групп трудились в теплице.



Весь урожай овощей оказался на кухне и попал в суп!

Игнорирование ребенком просьб родителей

По материалам книги Мишеля Борба

"38 моделей проблемного поведения ребенка и как с ними бороться"

Складывается впечатление, что большое количество детей в наши дни демонстрируют избирательность слуха. Конечно, они отлично слышат телевизор, друзей и даже самые неразборчивые тексты песен. Но когда дело доходит до реагирования на определенные просьбы и требования родителей - совсем другая история. Если вы уже прибегали к угрозам, подкупу, крику, чтобы привлечь к себе внимание ребенка, знайте: вы не одиноки. Журнал Parents провел социологическое исследование среди родителей относительно самых трудных моментов воспитания. Самым распространенным оказался "Мой ребенок меня не слышит".

Коротко о главном: самый быстрый способ привлечь к себе внимание ребенка - говорить не больше, а меньше. В этом случае повышается вероятность, что он услышит то, что вы действительно хотите до него донести.

5 советов, чтобы вас внимательно слушали:

1. Будьте сами внимательным слушателем. Ребенок не сможет стать внимательным слушателем, если ему будет не у кого этому учиться. Поэтому убедитесь, что вы сами как внимательный слушатель служите примером того, что требуете от ребенка. Покажите, что вы выслушиваете супруга (супругу), друзей и, самое главное, самого ребенка. Хорошим напоминанием служит старая поговорка: "Не зря нам даны два уха и один рот!" Слушайте своего ребенка в два раза дольше, чем говорите.

2. Говорите вежливо. Самый быстрый способ заставить ребенка не обращать на вас внимания - это использовать такие разновидности коммуникации, как критика, приказы, нотации, навязывание своего мнения, осуждение, запугивание, крик и мольба.

Спросите себя, как бы вы хотели, чтобы разговаривали с вами, если бы вы были ребенком, и используйте такой образец общения.

3. Сначала обратите на себя внимание, а потом говорите. Прежде чем начнете говорить, убедитесь, что ребенок смотрит на вас. Когда вы смотрите друг другу в глаза, ребенок полностью в вашем распоряжении: это как раз подходящий момент для того, чтобы сформулировать свою просьбу.

4. Понизьте голос. Вместо того чтобы повышать тон, понизьте его. Ничто не отбивает охоту быстрее, чем крик, поэтому поступите наоборот: говорите мягче и тише. Обычно это застает ребенка врасплох, и он останавливается, чтобы послушать. Учителя используют эту стратегию на протяжении многих лет, потому что она действенна.

5. Говорите кратко, мягко и точно. Дети становятся восприимчивее, если знают, что им не придется выслушивать лекцию, поэтому пусть ваши просьбы будут краткими и по делу.

На заметку: известная педагог Мэри Бадд Роу открыла, что детям необходимо больше "времени ожидания" - времени обдумать то, что они слышат, прежде чем что-то сказать. Так что если вы задаете ребенку вопрос или просите о чем-нибудь, не забывайте подождать, по крайней мере, три секунды. Он воспримет больше информации, вероятность ответа возрастет, и возможно, он даст вам более полный ответ.

