



МЫ

№12 Декабрь
2018 года

ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ ГАЗЕТА МУНИЦИПАЛЬНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКОГО САДА
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 17

Здравствуй, ЗИМА!

Дремлют деревья
в заснеженном парке...
Это зима начинает шаги,
Чтобы катились
весёлые санки,
Чтобы чертили узоры
коньки!

ДЕКАБРЬ

Первый – декабрь,
он приходит с метелью.
С концом декабря
завершается год,
В последний денёк
под наряженной елью
Каждый чудесный
подарок найдёт!

ЯНВАРЬ

Следом – январь.
Как сверкают снежинки!
Надел спящий лес
белоснежный наряд,
И только лишь
красные гроздья рябинки
Ярко на солнышке
зимнем горят!

ФЕВРАЛЬ

Последний – февраль,
снежной бури хозяин
И повелитель студёных ветров!
Но скоро на первых полянках
проталин
Проглянут бутоны
весенних цветов!



Праздники календаря



3 декабря Международный День Инвалидов.

В 1992 году Генеральная Ассамблея ООН провозгласила 3 декабря Международным днём инвалидов.

К категории детей-инвалидов относятся дети, имеющие значительные ограничения жизнедеятельности, приводящие к

различным ограничениям вследствие нарушений развития и роста ребенка, способностей к самообслуживанию, передвижению, ориентации, контроля за своим поведением, обучения, общения, трудовой деятельности в будущем.

Эти сухие слова, обозначающие чью-то трагедию на всю жизнь, определяют их как общественных изгоев уже с детства.

Но наше общество, стремящееся быть европейским, наконец-то учится учитывать потребности этих людей, и учится понимать, что их нельзя вычеркивать, что они – такие же люди, которым просто требуется немного больше сил, для того, чтобы делать то, что для нас повседневно и рутинно.



4 декабря – Международный день объятий.

Еще один праздник, льющий воду на мельницу установления хороших отношений между людьми. Объятия в этот день могут быть дружескими, товарищескими и объятиями, присущими любящим друг друга людям. А обнимаясь никак нельзя обойтись без добрых слов и чистосердечных пожеланий.



9 декабря - День героев Отечества.

В Дореволюционной России существовал праздник День георгиевских кавалеров.

В нашей стране 9 декабря отмечался праздник георгиевских кавалеров. Его отмечали до 1917 года. А после Октябрьской революции этот орден и праздник были упразднены. В советское время эти награды были заменены новыми. В 2000 году, по указу президента РФ, этому ордену был возвращен статус высшей военной награды. В России в этот день принято чествовать настоящих героев.

12 декабря День Конституции.

12 декабря 1993 года на референдуме была принята Конституция Российской Федерации. Конституция — основной закон государства — является ядром всей правовой системы России и определяет смысл и содержание других законов. Конституция — прочный фундамент демократического развития российского государства. Это не просто декларация добрых намерений, это реально работающий документ прямого действия. Конституция для гражданина любой страны — Закон, который он должен знать в первую очередь. Переплет из тончайшей кожи красного цвета, накладной серебряный герб России и тисненая золотом надпись «Конституция Российской Федерации» — так выглядит «экземпляр номер один» основного закона страны. В течение десяти с лишним лет 12 декабря являлся официальным выходным. Однако, 24 декабря 2004 года Госдума приняла поправки в Трудовой кодекс РФ, изменяющие праздничный календарь России. Закон предусматривает отмену выходного дня в День Конституции. Несмотря на это, в этот день по всей стране проходят различные мероприятия, посвященные данной памятной дате в честь главного закона страны.



27 декабря День спасателя в России.



День спасателя в России, отмечаемый ежегодно 27 декабря, установлен Указом Президента Российской Федерации № 1306 от 26 ноября 1995 года «Об установлении Дня спасателя Российской Федерации». Основную роль в проведении поисково-спасательных работ играют спасатели МЧС. Они всегда первые там, где людям нужна помощь: в завалах разрушенных строений, в дыму и огне пожаров, в искореженных транспортных средствах, на затопленных территориях. Они постоянно несут службу, оперативно реагируют на любые сигналы о необходимости оказания помощи людям, попавшим в беду.

На счету спасателей МЧС огромное количество проведенных поисково-спасательных работ, десятки тысяч спасенных жизней, сотни тысяч случаев оказания помощи пострадавшим

АКТИВНЫЙ ОТДЫХ ЗИМОЙ.

Приучать ребенка к активному отдыху – задача родителей. Если они сами тяжелы на подъем, малыш просто не поймет, почему его агитируют отдыхать не так, как мама с папой, и почему в то время, пока взрослые проводят вечера у компьютера, его настойчиво отправляют поиграть на улице. Родители должны подавать пример своему чаду, поэтому лучший отдых – это отдых всей семьей. Зимой, как и в теплое время года, ребенку важно бывать на свежем воздухе. Активный отдых в это важная составляющая переохлаждений и заболеваний – ребенку необходимо двигаться, для чего нужна удобная (не стесняющая движений) одежда и обувь. Для зимних спортивных упражнений детям предоставляют лыжи, коньки, санки.



Лыжи предлагают малышу уже с 3-х лет. Высота лыж: малышу – до локтя поднятой вверх руки, более старшему ребенку – по поднятой вверх руке без учета кисти. Лыжные палки ниже уровня плеч на 3-5 см. Ботинки с широким носком и двойным язычком, на 1-2 размера больше, чтобы можно было надеть две пары носков. Лыжи (если деревянные) не должны иметь сучков, трещин, шероховатостей на скользящей поверхности. Крепление у младших детей мягкое (сзади – резиновая петля). У старших дошкольников крепление полужесткое. Младшие учатся ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, дети старших групп ходят переменным двухшажным ходом с палками, поднимаются на горку «лесенкой», «елочкой», спускаются с горки, ходят по пересеченной местности. Коньки с ботинками дают детям с 5-ти лет. В местностях с теплым климатом используются роликовые коньки.

Санки. Общеизвестное зимнее развлечение детей с самого младшего возраста. Ребенок может всю прогулку увлеченно заниматься только одними санками – не только кататься с горки, но и бегать с ними, толкать, возить кого-либо и др.

Старших дошкольников можно обучить играть в хоккей. Для хоккея нужны клюшки (длина 60-70 см) и шайбы пластмассовые, резиновые (диаметр 5-6 см, высота 2-2,5 см, масса 50-70 г). Дети учатся передавать мяч (шайбу) друг другу в парах, забрасывать в ворота, ударяя по мячу (шайбе) с места и после ведения.

Можно организовать метание снежков в цель, лазание по лесенкам-стремянкам и горкам, лепку снеговиков и разные постройки из снега. Горки Дети любят кататься с горок. Они сами решают, как им лучше скатиться. Ваша задача следить, что бы дети не причинили друг другу травм. Взрослые должны контролировать расстояние между детьми. Не разрешайте ребенку кататься до тех пор, пока другой малыш не отойдет в сторону или скорее не отползет в сторону. Особенно будьте внимательны, если дети катаются на санках, ледянках, снежокатах. Не разрешайте им скатываться с горки на санках паровозиком или сцеплять санки вместе. Ледяные дорожки Зимой на тротуарах встречаются накатанные дорожки. Обычно они узкие и их легко можно обойти, поэтому опасности внимательным людям они обычно не доставляют. Зато как дети довольны... Предложите ребенку пройти по ледяной дорожке, не отрывая ноги, главное, стараясь не упасть. Если малыш все-таки упадет, то взрослые должны подбодрить его и помочь подняться. Держать ребенка надо за руку, чуть выше кисти, чтобы при падении ребенка не вывихнуть ему руку. Вы можете бежать рядом с ним, тогда он вполне может прокатиться по ледяной дорожке стоя на ногах.

Лепим из снега Снег – замечательный материал для творчества, особенно когда он немного влажный. Поэтому, если вы планируете лепить скульптуры, обязательно возьмите с собой сменные варежки или перчатки для ребенка и себя. Помните сказку о Снегурочке? Жили-были дед да баба, и не было у них детей. Вот и решили они слепить из снега Снегурочку... Прекрасная русская сказка, а главное — для зимы почти волшебная. Когда пойдете гулять, возьмите с собой гуашь, кисточки и салфетки, а материал для лепки вас уже будет ждать. Колобок, наверное, самый легкий персонаж для лепки. Скатайте снежный шар, слегка примните его со всех сторон, красками нарисуйте ему глазки и ротик — колобок готов. Лепите из снега все, что захочется ребенку. Основа для всех фигур остается одна — снежный шар. Соединяя шары по-разному, можно вылепить и зайчика, и Деда Мороза и Снегурочку, а если сделать несколько шаров, можно построить крепость. Желаем Вам и вашему ребенку, приятного активного отдыха зимой!



Профилактика и лечение ОРВИ и гриппа

Простудные заболевания (ОРВИ, ОРЗ) и грипп – это инфекционные заболевания, которые вызываются вирусами. Они отличаются друг от друга симптомами, а также нарушением функций тех или иных органов.

При острых респираторных заболеваниях поражаются главным образом верхние дыхательные пути, то есть нос и глотка. К симптомам этих заболеваний можно отнести насморк, слезящиеся глаза, слабость, головную боль, боли в горле и иногда легкий кашель. Респираторные заболевания чаще возникают в холодное время года. ОРВИ продолжаются в большинстве случаев от 5 до 10 дней. Лечение таких заболеваний на ранней стадии приводит к ослаблению симптомов и способствует быстрому выздоровлению.

Ни в коем случае не лечите ребенка самостоятельно! Грипп – серьезное заболевание, и только врач может назначить необходимое лечение, указать правильную дозировку и продолжительность приема лекарства.

Как лечить простуду?

Режим. Уложите больного ребенка в постель, старайтесь не раздражать его громкими звуками, ярким светом. Максимальное снижение физической нагрузки позволит избежать осложнений.

Диета. Желательны молочные продукты, бульоны, протертая пища (ее легче глотать).

Давайте как можно больше жидкости небольшими порциями, но не менее полутора литров в день. Лучше морсы, настои трав, липы, малины и клюквы. На ночь полезно молоко с боржомом, содой или медом.

Антибиотики. Никогда не давайте их без назначения врача. Тем более что при гриппе и ОРВИ они помогают редко.

Борьба с насморком. Три-четыре раза в день закапывайте в нос специальные сосудосуживающие препараты: детский галазолин, санорин или отривин. Из домашних средств хорошо помогают свекольный, чесночный и луковый соки (два последних можно капать только большим детям). **Жаропонижающие.** Парацетамол и другие лекарства дают при температуре выше 38 градусов, по назначению врача.

Облегчение кашля. 5-6 раз в день давайте малышу отхаркивающие микстуры с корнем алтея, солодки, плодами аниса, но лучше сборные – такие, как «Доктор МОМ» грудные сборы. Очень эффективны сок редьки с медом и молоко с содой.

О закаливании дошкольников в домашних условиях

Закаливающие воздушные ванночки для тела

Закаливание проводится в помещении при температуре воздуха 18 – 20 °С.

1. Дети ежедневно в любое время года 15 – 20 минут играют босиком в одних трусиках в простые игры типа «Я на солнышке лежу», «Загораю».
2. Ребёнок сам растирает сухой салфеткой или специальной рукавичкой руки, ноги, плечи, грудь до возникновения ощущения радости.
3. Взрослый растирает раздетого ребёнка сухой салфеткой, слегка пощипывает кожу и похлопывает, позволяет малышу расслабленно повисеть у себя на вытянутых руках.
4. Влажное растирание. Раздетого ребёнка взрослые быстро обтирают влажным тёплым полотенцем, после чего ему предлагается 5 – 10 минут быстро побегать («Догонялки», «Обгонялки»). Во время приёма воздушных ванночек весьма эффективен особый поглаживающий массаж. (Его можно делать и одетому в лёгкую одежду ребёнку). Массаж делается очень нежно, почти незаметно, лёгкими прикосновениями к телу.

Контрастные ванночки для рук и ног

Температура воды в ванночках 18 и 36 °С. Ребёнку предлагается постоять в горячей воде (36°С) 7 - 8 секунд. Потом он переходит на 3- 4 секунды в ванночку с прохладной водой (18 °С). Затем процедура повторяется, после чего ноги протираются досуха, и делается индивидуальный массаж пальчиков ног и стоп самим ребёнком или взрослым. В массаж стопы входят растирание, пощипывание и похлопывание. Постепенно температура воды в холодной ванночке понижается.

Солевые дорожки

Эффективным средством закаливания является хождение по солевым дорожкам. Эффект солевых дорожек заключается в том, что соль раздражает стопу ребёнка, богатую нервными окончаниями.

Процедура состоит в следующем.

Берутся три полотенца. Первое полотенце опускается в солевой раствор (на 1 л воды 90 г соли) и затем растирается на полу или полиэтиленовой пленке. Второе полотенце, намоченное в пресной воде комнатной температуры, кладется рядом с первым. Третье полотенце остаётся сухим. Ребёнок встаёт ногами на первое полотенце, выполняет притопывание и т. д. в течение 4- 5 минут, затем переходит на второе полотенце, стирает соль с подошвы ног, будто бы он пришёл с улицы, и вытирает ноги о половик, а затем переходит на сухое полотенце и вытирает ступни ног насухо.

Важным моментом при проведении закаливания на солевых дорожках является то, что стопа должна быть предварительно разогрета. С этой целью используются массажеры для стоп, пуговичные и палочные дорожки, упражнения для стопы: покачивание вперёд - назад на стопе, ходьба на носках, прыжки.

Будьте здоровы!



Ваш ленивый бездельник.

Ваш ребенок лентяй и лоботряс? Родители - сделайте глубокий вдох, мысленно досчитайте до 10 и расслабьтесь!

Вообще, первое, что нужно сделать, встав перед фактом чужой лени, - это расслабиться и не сильно давить на педали. Иначе отношения испортишь, а воз останется там же, где стоял.

Лучше найти компромисс между своим взрослым "надо" и его детским "хочу": не существовало еще на свете ребенка, который бы поленился делать то, что ему "хочется" и "нравится". Лень встает на защиту своих интересов, только если есть опасность потратить драгоценное время жизни на нелюбимое занятие.

"Не люблю собирать игрушки!!!" - означает, что это лень делать. "Ненавижу вытирать пыль" - означает, что лучше пусть она отпадет самостоятельно, когда придет ее время. Там, где нет интереса, всегда воцаряется лень!

Возникает классический вопрос: "Что делать?" На который просится только креативный ответ: "Включать движок авантюризма модели "Том Соейер". И научить своего "зайчика-котика" зажигать звезды во время покраски забора и вызывать "завидки" у окружающих своей роскошной дырой на месте выпавшего молочного зуба. В противном случае, Ваши нравоучения покажутся скучными даже Вам самим, а жизненный путь Вашего ребенка может пойти в прямо противоположную сторону от места, где торжествует "богатство и здоровье".

Ваша дорогая "плоть от плоти" игнорирует мытье посуды? А Вы предложите ей сделку: помыть посуду вместе, но на скорость. Выигравшим считается тот, кто помыл больше, и за это он может, например, опрыскать проигравшего водой. Да что угодно, главное, чтобы было весело. (Наверное, излишне упоминать, что Вы должны "лечь на ринге" и не стремиться к победе в этом состязании). И запомните: в отличие от Вас, лень не обладает воображением. Синдром подмены ее парализует: лень упивается игрой, а дело становится всего лишь фишкой, без которой игра невозможна.

Как известно, золотое правило бездельника - "Не делай сегодня того, что можно сделать завтра. И не делай завтра того, что можно вообще не делать". Зачем утром напрягаться с уборкой кровати, если вечером придется ее разбирать? Тоже правда. Поэтому возьмите и сфотографируйте сначала убранную, а затем - неубранную кровать (для художественности можно положить пару-тройку надкушенных бутербродов и огрызок яблока на одеяло), обрамите два этих фотошедевра в красивую рамку и, с подписью "красота спасет мир", повесьте над предметом Ваших ежедневных страданий. Лень, конечно, слепа, но не настолько, чтобы не содрогнуться от очевидной гадости.

Ваш ребенок разбрасывает свои вещи где попало? И Вас это раздражает? Не проблема - выбрасывайте все, что лежит не на месте (ну ладно, можно надолго их спрятать, если "жаба душит"). Два-три месяца - и можно праздновать победу! Для этого случая можно избрать и такую тактику: насыпьте на каждую не положенную на место вещь (или вокруг нее) конфет, украсьте ее бантиком, зажгите вокруг нее свечи, рассыпьте конфетти и серпантин, блестки, да что хотите. И попробуйте отпраздновать "новый год" в честь каждого разложенного на рояле носка. Лени приятно, и Вам весело. Правда, после пары таких представлений вещи как-то сами собой попадают на место.

В борьбе за порядок в доме не забывайте главное правило: "Чисто не там, где метут, а там, где не сорят!" Если ребенок с детства будет приучен класть вещи на место, откуда взял, то проблем с порядком у вас не будет.

В борьбе с чужой ленью главное - соблюдать правила партизанской войны: скрытность, неожиданность, спокойствие и чувство юмора. И самое важное - не делайте ничего за своего лентяя; убирайте свою территорию, а не его.



Редактор: педагог-психолог

Горлова Е.И.

Наш адрес: Тульская обл., г. Узловая, переулок Тургенева, д.5

Телефон: 8(48731)6-44-68