



МЫ

№3 март
2020 года.

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

*Милые дамы!
Поздравляем Вас
с самым прекрасным днем весны – 8 марта!
Будьте всегда очаровательны и нежны!
Расцветайте вместе с первыми лучами
весеннего солнца, и радуйте окружающих
своими прекрасными улыбками!*



Пусть первый
подснежник
Подарит Вам
нежность!
Весеннее солнце
подарит тепло!
А мартовский ветер
подарит надежду,
И счастье, и радость,
и только добро!

Календарь весенних праздников



1 МАРТА
ВСЕМИРНЫЙ
ДЕНЬ КОШЕК



3 МАРТА
ВСЕМИРНЫЙ
ДЕНЬ
ПИСАТЕЛЯ



8 МАРТА
МЕЖДУНА-
РОДНЫЙ
ЖЕНСКИЙ
ДЕНЬ



20-21
МАРТА
ДЕНЬ
ВЕСЕННЕГО
РАВНОДЕН-
СТВИЯ

МАРТ

21 МАРТА
ДЕНЬ ЗЕМЛИ



22 МАРТА
ВСЕМИРНЫЙ
ДЕНЬ ВОДЫ



27 МАРТА
МЕЖДУНА-
РОДНЫЙ
ДЕНЬ ТЕАТРА



ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

КОРОНАВИРУС – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

Вирус передается



Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



Контактным путем

Как не допустить



Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски



Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

Симптомы

Повышенная утомляемость

Ощущение тяжести в грудной клетке



Заложенность носа

Чихание

Кашель

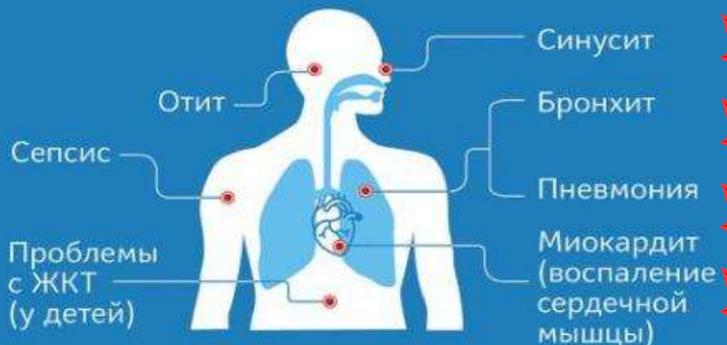
Боль в горле

Боль в мышцах

Бледность

Повышение температуры, озноб

Осложнения



Синусит

Бронхит

Пневмония

Миокардит (воспаление сердечной мышцы)

Отит

Сепсис

Проблемы с ЖКТ (у детей)

Что делать, если...



Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением

Растим здорового ребенка

Семья – первый скульптор, который формирует мягкую, как воск, неоформленную душу и ум, волю и характер ребенка. Ребенок изучает мир через семью, в свете семьи. Несомненно, что свои первые жизненные установки он получает именно в семье.

Полноценное здоровье и гармоничное физическое развитие ребенка – то, к чему стремятся все родители. Для реализации этой мечты нужны не только рациональное питание, положительный психоэмоциональный фон, но и формирование хороших привычек, грамотно организованный процесс физического воспитания. Чтобы добиться позитивных результатов, необходимо тесное сотрудничество семьи и детского сада.

В первую очередь родители должны стать эмоциональной опорой для ребенка. Очень важна помощь семьи в налаживании нормальной жизни малыша в детском саду: дать ему возможность постепенно привыкать к новым условиям, максимально подробно и точно отвечать на все вопросы педагогов, продумать, какие любимые вещи, игрушки, книги малыш возьмет с собой в группу детского сада.

Родители должны обеспечить дошкольное учреждение полной информацией о здоровье ребенка. Режим сна и питания, диету, принятые в детском саду, нужно соблюдать и дома.

Воспитателям намного легче работать, если в домашних условиях продолжается формирование привычек, вырабатываемых в детском саду:

- Умываться;
- Принимать по утрам и вечерам душ или мыться до пояса;
- Мыть ноги летом и перед дневным сном;
- Следить за состоянием рук, мыть их после прогулки;
- Пользоваться унитазом и туалетной бумагой;
- Чистить зубы и полоскать рот после еды;



Весна без авитаминоза

Плаксивость, частые простуды, снижение внимания, потеря аппетита - не для нас!

Мы встретим весну по-другому: здорово и радостно!

Даже на состоянии здоровья взрослых оставляют свой отпечаток холода и отсутствие большинства свежих овощей и фруктов, что уж говорить о детях! У каждого второго малыша весной диагностируют авитаминоз - витаминную недостаточность.

Чего крохе не хватает?

При дефиците какого-либо витамина в организме нарушаются основные биохимические процессы. Все это имеет внешние проявления.

1. Кроха выглядит бледным, быстро устает? Ему нужен витамин С, который содержится в отваре шиповника, цитрусовых, черной смородине.

2. Если слоятся, ломаются ногти, секутся волосы и на губах периодически появляются трещинки и заеды, это не говорит о том, что малыш неряха. Просто ему не хватает витамина А. Его вы найдете в моркови, яйцах и сливочном масле.

3. Вялый, плаксивый карапуз, который плохо спит ночью, должен есть ржаной хлеб, грецкие орехи и рис. Именно в них содержатся витамины группы В.



ВИТАМИНЫ

При слове «витамины» большинство из нас сразу вспоминают об овощах и фруктах. Безусловно, содержащиеся в них водорастворимые витамины исключительно полезны. Но существует еще одна группа витаминов – так называемые жирорастворимые витамины. Они точно так же необходимы для нормального развития ребенка.

В настоящее время известно около 20 различных витаминов. Их первоисточниками являются растения. Человек получает витамины с растительной пищей и из продуктов животного происхождения. В природе практически нет ни одного продукта, в котором находились бы все витамины в количестве, достаточном для удовлетворения в них потребностей организма как взрослого человека, так и ребенка.

Поэтому необходимо максимально разнообразить ежедневное меню дошкольника: наряду с продуктами животного происхождения, зерновыми, в него необходимо включить овощи, фрукты, орехи, в том числе и в свежем виде.

ИСТОЧНИКИ ВИТАМИНОВ

Какова еда и питье – таково и здоровье



молоко, яйца, рыбий жир, печень трески, жирные сорта рыбы

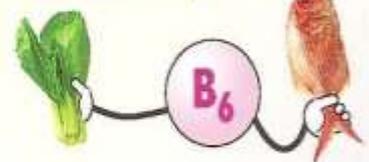


От сладкой еды жди бед

Зелень на столе – здоровье на сто лет



проростки и отруби пшеницы, зеленые листовые овощи
мясо, печень, рыба, молоко, яйца



ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ К ШКОЛЕ

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, ДЕТЕЙ КОТОРЫХ ГОТОВЯТСЯ К ШКОЛЕ

1. Уже сейчас постарайтесь очень постепенно режим дня вашего малыша соотнести с режимом дня школьника.

2. Чтобы ребёнок умел слышать учителя, обращайтесь внимание, как он понимает ваши словесные инструкции и требования, которые должны быть чёткими, доброжелательными, немногословными, спокойными.

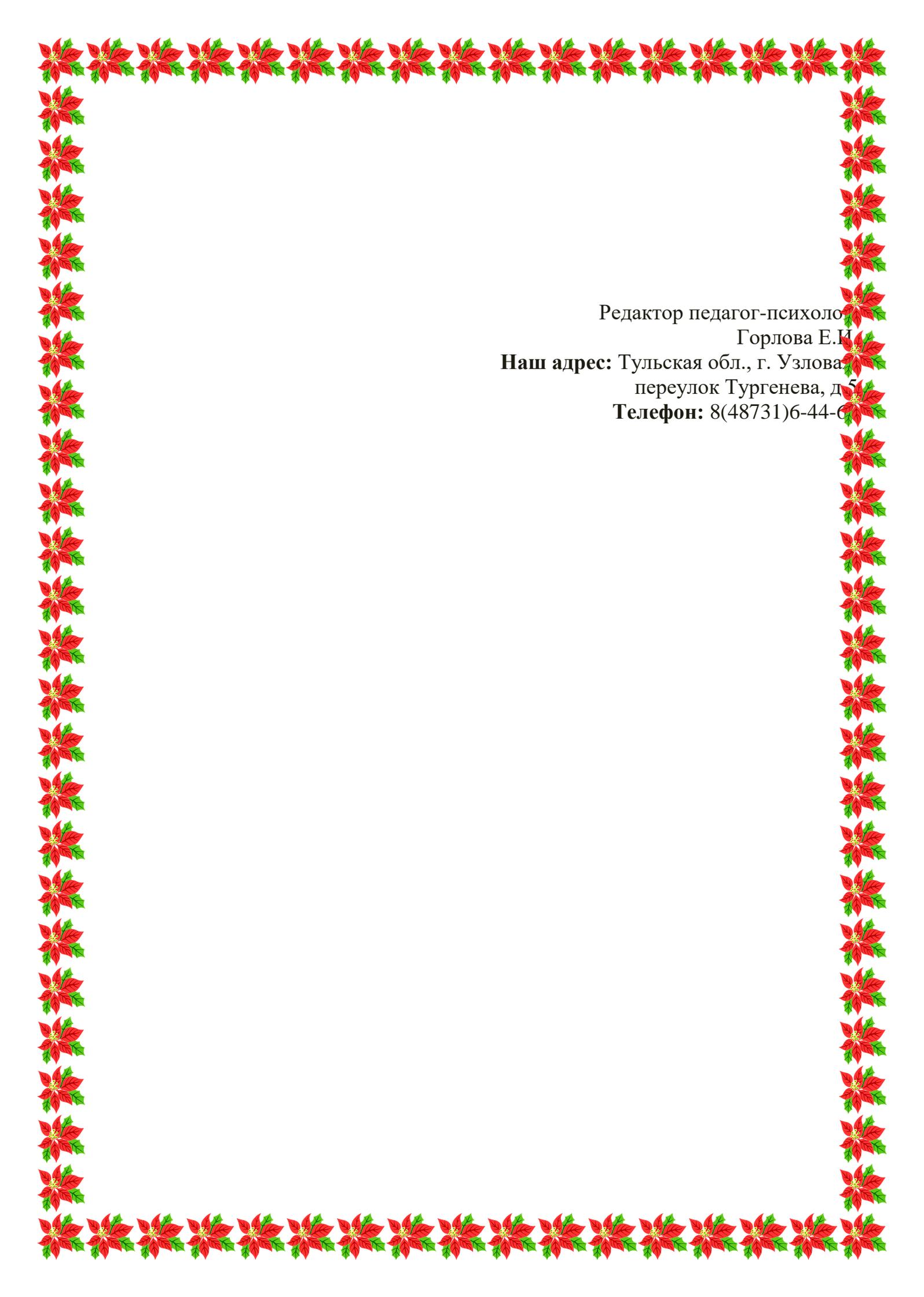
Не пугайте ребёнка будущими трудностями в школе!

3. Перед школой и во время учёбы проверяйте зрение и слух ребёнка.

4. Подготовка к чтению: 6-7 летний малыш должен знать все печатные буквы алфавита, но многие могут слитно читать слоги, а некоторые - и целые тексты. Несмотря на такую разную подготовку, все дети устают от процесса чтения очень быстро.

Чередуйте это занятие с отдыхом. Пусть ребёнок "погримасничает" перед зеркалом, произнося чётко и громко звуки, отдельно и плавно. Это развивает артикуляционный аппарат.





Редактор педагог-психолог

Горлова Е.И.

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

Телефон: 8(48731)6-44-0