

*ГАЗЕТА
"МИР ДЕТСТВА"*



*ВЫПУСК № 12
(август 2020 г.)*

*МДОУ д/с
общеразвивающего вида № 37*

Наша жизнь день за днём

День физкультурника

Каждый год, во вторую субботу августа в России отмечается День физкультурника. Конечно, и наш детский сад не мог обойти стороной это событие.

7 августа 2020 г. в МДОУ д/с общеразвивающего вида № 37 прошел спортивный праздник «Малые летние Олимпийские игры», посвященный Дню физкультурника. Целью этого мероприятия явилась пропаганда здорового образа жизни и приобщение детей занятиям физкультурой и спортом.

В спортивном празднике принимала участие подготовительная к школе группа. Мероприятие было насыщено двигательной активностью детей, смехом, радостью и весельем. С большим интересом дети проходили все спортивные задания: «Священный огонь», «Олимпийские кольца», «Самый меткий», «Юный баскетболист», «Самый быстрый». Победила дружба.

Пусть, как цветы, в краю родном
Растут ребята наши.
Пусть будут крепче с каждым днем
И с каждым годом краше!

Поздравляем всех с традиционным праздником здоровья, движения, силы и ловкости – с Днем физкультурника!



*Заместитель заведующего по В и МР
Полянская Юлия Владимировна*

Сбор урожая в детском саду

Летом огород - что город!
В нем сто тысяч горожан:
Помидор, горох, капуста,
Кабачок и баклажан!

Дошкольное детство - начальный этап формирования личности человека, его ценностей ориентации в окружающем мире. В этот период закладывается позитивное отношение к природе, к себе и окружающим людям.

Наличие огорода и теплицы в детском саду способствует осуществлению непосредственного контакта ребёнка с объектами природы, наблюдения и практическая деятельность по уходу за растениями

Воспитанники МДОУ д/с общеразвивающего вида № 37 сами вместе с воспитателями ухаживали за растениями в огороде: поливали, пропалывали, рыхлили. И огород их порадовал неплохим урожаем: кабачки, помидоры, болгарский перец, огурцы, тыква. Совместный труд на огороде дал возможность научиться ответственности, способствовал формированию трудовых навыков и объединению детского коллектива. И конечно, огород - это труд на свежем воздухе, который помог сохранить и укрепить здоровье детей. В результате ребята смогли увидеть плоды своего труда.



*Заместитель заведующего по В и МР
Полянская Юлия Владимировна*

Советы Доктора Айболита

5 КЛЮЧЕВЫХ ПРАВИЛ

профилактики кишечных инфекций

ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ЧИСТОТУ



- ✓ Обязательно мойте руки после туалета
- ✓ Обязательно мойте руки перед приготовлением пищи
- ✓ Тщательно мойте все поверхности и кухонные принадлежности
- ✓ Боритесь с грызунами и насекомыми

Почему?

Многие из микроорганизмов, встречающиеся в почве, воде и организме животных и человека, опасны. Они передаются через рукопожатия, хозяйственные тряпки, и в особенности через разделочные доски. Простое прикосновение способно перенести их в продукты и вызвать заболевания.



ОТДЕЛЯЙТЕ СЫРОЕ ОТ ГОТОВОГО

- ✓ Храните сырое мясо, птицу и морепродукты отдельно от других пищевых продуктов
- ✓ Для обработки сырых продуктов пользуйтесь отдельными ножами и разделочными досками
- ✓ Храните продукты в закрытой посуде, отдельно сырые и готовые

Почему?

В сырых продуктах, мясе, птице и морских продуктах, могут быть опасные микроорганизмы, которые попадут во время приготовления и хранения пищи на другие продукты.



70°C

ХОРОШО ПРОЖАРИВАЙТЕ И ПРОВАРИВАЙТЕ ПРОДУКТЫ

- ✓ Тщательно прожаривайте и проваривайте продукты
- ✓ Разогревая супы, доводите их до кипения
- ✓ Готовность мяса или птицы определяйте по цвету соков (они должны быть прозрачными, а не розовыми)

Почему?

При тщательной тепловой обработке (не ниже 70°C) погибают практически все опасные микроорганизмы. Пищевые продукты, на которые необходимо обращать особое внимание — мясной фарш, мясные рулеты, большие куски мяса и цельные тушки птицы.



Опасная зона!
60°
5°

ХРАНИТЕ ПРОДУКТЫ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ

- ✓ Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более 2-х часов
- ✓ Убирайте все приготовленные и скоропортящиеся блюда в холодильник
- ✓ Не храните пищу долго, даже в холодильнике

Почему?

При комнатной температуре микроорганизмы размножаются очень быстро. При температуре ниже 5°C или выше 60°C процесс их размножения замедляется или прекращается. Некоторые опасные микроорганизмы могут размножаться и при температуре ниже 5°C.



ВЫБИРАЙТЕ СВЕЖИЕ, КАЧЕСТВЕННЫЕ ПРОДУКТЫ

- ✓ Выбирайте свежие продукты, без признаков порчи
- ✓ Мойте фрукты и овощи чистой проточной водой
- ✓ Не употребляйте продукты с истекшим сроком годности
- ✓ Для питья используйте только кипяченую или бутилированную воду

Почему?

Сырые продукты могут содержать опасные микроорганизмы. В подпорченных или покрытых плесенью продуктах могут образовываться токсины. Тщательно отобранные и хорошо вымытые или очищенные продукты менее опасны для здоровья.

Старшая медицинская сестра
Чавкина Людмила Юрьевна

Советы психолога

Адаптационный период в детском саду



Адаптация детскому саду - тяжелое время для каждого ребенка. Это не только процесс привыкания к новой обстановке, к новому режиму дня, к новым отношениям, но и выработка новых умений и навыков. Ведут себя дети в этот период по-разному: одни безутешно плачут, другие отказываются общаться с детьми и воспитателем, третьи реагируют достаточно спокойно

Выделяют три фазы адаптации:

1. **Острая фаза, или период дезадаптации** - в это время у ребенка могут наблюдаться частые заболевания, нарушение сна, аппетита, нежелание ходить в детский сад. Изменяется поведение: могут появляться упрямство, грубость и даже регресс в речевом развитии.
2. **Собственно адаптация** - в этот период ребенок постепенно привыкает к новым условиям, нормализуется поведение.
3. **Фаза компенсации** - дети начинают вести себя спокойно, с удовольствием ходят в садик. Ускоряется темп развития психологических процессов.

Период адаптации может длиться от одной-двух недель до трех-четырех месяцев и зависит от многих причин: от возраста, состояния здоровья ребенка, от особенностей нервной системы и т.п.

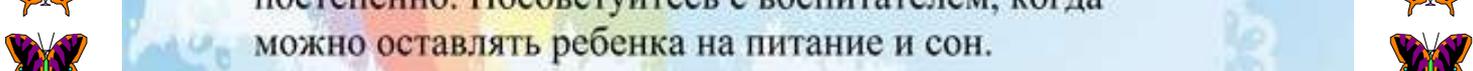
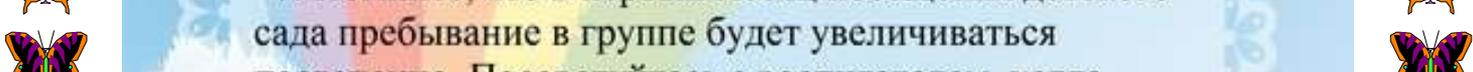
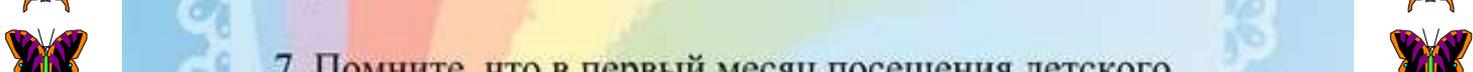
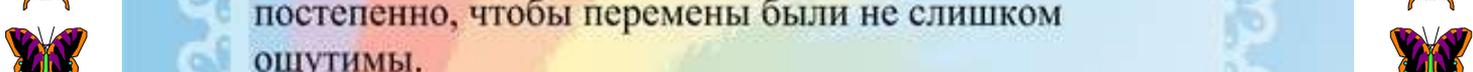
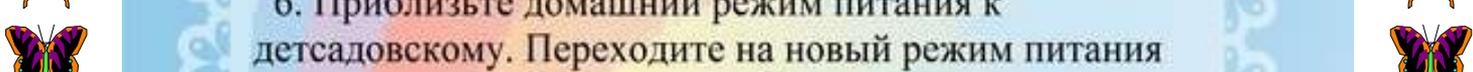
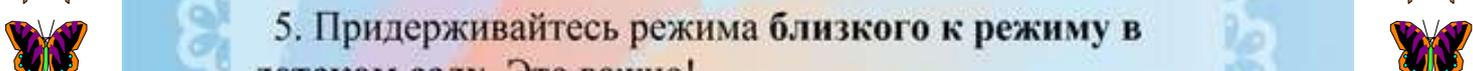
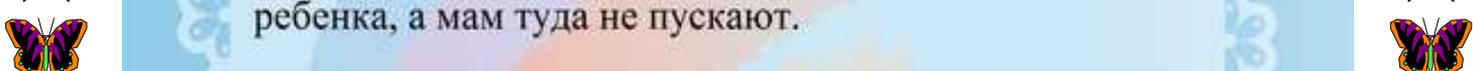
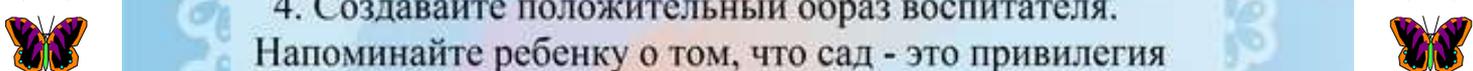
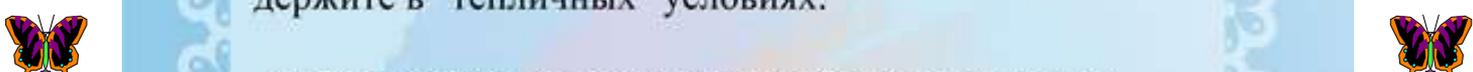
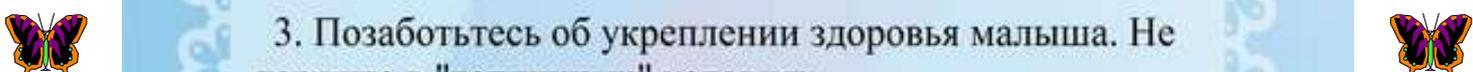
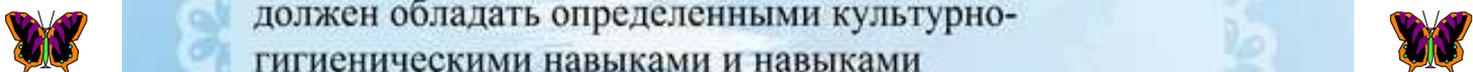
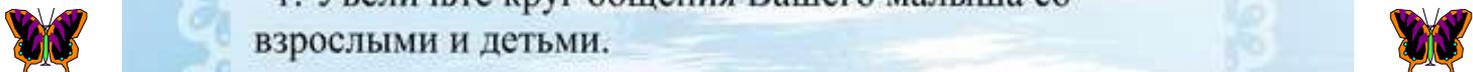
Важно помнить, что после длительных перерывов (например летних каникул) **ребенок проходит процесс адаптации заново!** Чтобы сделать этот период менее болезненным, важно уделять ребенку в это время особое внимание и готовить его к посещению детского сада заранее. Информация о том, как это сделать с подробными разъяснениями и рекомендациями изложена в Памятке, которую можно получить у детского психолога.





Поведение родителей в период адаптации детей

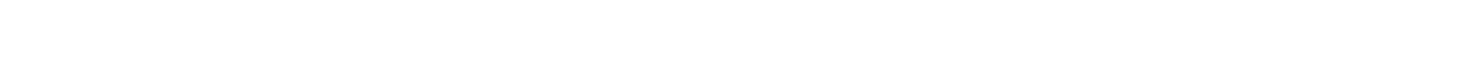
1. Заранее подготовьте детский гардероб. Даже если Вы уверены, что Ваш ребенок хорошо ходит на горшок - "промахи" при адаптации могут случиться, поэтому оставляйте ребенку сменную одежду.
2. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось.
3. Первые 1-2 недели постарайтесь приводить ребенка на 2-3 часа.
4. Первый 1-2 месяца постарайтесь забирать малыша из сада пораньше. Не опаздывайте!
5. Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте.
6. Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Замечено, что с одним из родителей ребенок расстается спокойно, а другого никак не отпускает от себя, продолжая переживать после его ухода.
7. Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока"). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь! Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.
8. Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!



Как облегчить ребенку период адаптации

1. Увеличьте круг общения Вашего малыша со взрослыми и детьми.
2. Ребенок, который отправился в детский сад, должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.
3. Позаботьтесь об укреплении здоровья малыша. Не держите в "тепличных" условиях.
4. Создавайте положительный образ воспитателя. Напоминайте ребенку о том, что сад - это привилегия ребенка, а мам туда не пускают.
5. Придерживайтесь режима близкого к режиму в детском саду. Это важно!
6. Приблизьте домашний режим питания к детсадовскому. Переходите на новый режим питания постепенно, чтобы перемены были не слишком ощутимы.
7. Помните, что в первый месяц посещения детского сада пребывание в группе будет увеличиваться постепенно. Посоветуйтесь с воспитателем, когда можно оставлять ребенка на питание и сон.

*Педагог-психолог
Паршина Марина Александровна*



Консультация специалиста

Почему ребенок кусается?

Многие родители и воспитатели жалуются, что малыши часто кусают и сверстников, и взрослых. Прежде чем наказывать ребенка (что чаще всего и происходит), необходимо выяснить причину подобного поведения.

Варианты негативных форм поведения малышей, распространяющегося или раздражающего взрослых, разнообразны: в какие-то моменты жизни ребенок может начать замахиваться на близких, бить их по лицу, щипать, плевать, употреблять бранные слова. Таким же образом он может вести себя и по отношению к младшим братьям и сестрам, к сверстникам. Ответить однозначно на вопрос, почему ребенок кусается, нельзя.

Некоторые малыши таким образом экспериментируют. Для годовалых детей укусы – один из способов познания окружающего мира. Малыш может укусить руку взрослого или сверстника так же, как он кусает погремушку или резиновое колечко. Некоторые дети прибегают к укусам тогда, когда не могут добиться своей цели другим путем или же не умеют адекватно выразить свои желания. Когда ребенок хочет получить игрушку, а ему не хватает слов, чтобы это понять, или же он расстроен, что баба, которую он строит, все время падает, укус – это попытка утверждения своих прав или же выражение своего переживания неудачи.

Некоторые малыши кусаются, когда чувствуют угрозу. Они кусаются из самозащиты, если не могут справиться с ситуацией или же у них нет умения утвердить свои права более продуктивным способом. Такое поведение характерно для контактов со сверстниками.

Некоторые дети кусаются, чтобы показать свою силу. Как правило, так поступают малыши, стремящиеся к власти над другими.



Почему ребенок кусается?

Этот список можно продолжить. Только тогда, когда вы поймете, чем вызвано негативное поведение малыша, вам легче будет помочь ему справиться с собой, научить позитивным приемам разрешения конфликтных ситуаций.

Следует помнить, что у маленьких детей понимание опасности их поступков для самих себя и других развивается постепенно. Малышу просто не приходит в голову, что он может физически пострадать от того, что пытается засунуть палец в электрическую розетку или залезть на подоконник. Точно также детям свойственно ограниченное понимание физических ощущений и эмоциональных переживаний других людей. Ребенок может причинить боль другому, потому что пока еще не понимает, что укунить, толкнуть или ударить его – это так же больно, как если кусают или бьют тебя самого. Вероятно поэтому таким распространенным "педагогическим" приемом отучения детей кусаться или щипаться является совершенно родителями этих же действий по отношению к своему ребенку.

Дети учатся на примерах окружающих. Если в семье приняты грубые способы обращения друг с другом, применяются физические формы наказания детей, то велика вероятность того, что ребенок усвоит подобные способы поведения возникающих у него негативных переживаний. Если же вам с помощью наказаний удастся добиться того, что он перестал кусаться, то какова вероятность, что через некоторое время у него не нарушится сон или он не начнет пачкать штанишки? Слишком жесткое поведение взрослых может спровоцировать у малыша стойкий невроз.



Что делать, когда ребенок кусается?

С проблемой детских укусов сталкиваются и педагоги, и родители детей младшего дошкольного возраста. Неприятно всем: укушенному и укусившему, родителям с обеих сторон и педагогу.

Внимательно наблюдайте за кусающимся ребенком. Очень скоро вы обнаружите, что он кусается, попадая в определенную ситуацию: например, когда вокруг него много других детей, незадолго до приема пищи, при недобольстве действиями сверстника, в конфликтной ситуации.

Если вы заметили, что ребенок кусается, поступайте следующим образом:

1. Твердо и спокойно скажите ему, что кусаться нехорошо. Объясните, что укушенному ребенку очень больно и, если возможно, привлечите укусившего к помощи пострадавшему, вместе погладьте того по руке.
2. Проговорите с ребенком несколько простых фраз, выражающих его недобольство, например: "Нет, Не хочу, Я сердусь!". Попробуйте научить его говорить эти фразы, когда необходимо.
3. Организуйте и поощряйте игры с песком, водой, глиной, так как эти материалы успокаивают, способствуют снижению агрессии.
4. Обязательно дайте ребенку возможность как можно больше рисовать карандашами, фломастерами, мелками и, особенно, красками.



Попался, который кусался!

5. В распоряжении ребенка должно быть достаточно строительных материалов - кубиков или крупного конструктора.
6. Дома давайте ребенку как можно чаще грызть твердую пищу: морковь, капусту, яблоко, огурец, сухари, булочки и т.п.
7. У ребенка должно быть место, где он может ползать, бегать, кувыркаться.
8. Никогда не решайте свои проблемы при детях с помощью крика и кулаков!
9. Всегда соблюдайте режим дня, четко чередуя активную деятельность с отдыхом и приемами пищи в определенное время.
10. Помните, выражение вашего лица всегда отражается на лицах детей. Будьте доброжелательны, больше улыбайтесь всем детям без исключения, не хмурьтесь! **Знайте, ребенок перестанет кусаться, если вы в это верите и помогаете ему.**



Воспитатель
Калинина Олеся Евгеньевна

Играя учись

«Веселая резиночка» - игра нашего детства



Уже никто не сомневается, что движения необходимы ребенку. Что делать? Вспомнить свое детство... игры. Они так же интересны будут и вашим детям, если их этому научить!

Эта игра не требует много места и большого количества игроков (минимум 3 человека, можно и 1, если резиночку «подержат» ножки мебели). Основа игры - выполнение

определенных фигур в прыжке.

Оздоровительный эффект этой игры: развивает координацию движений, выносливость, ловкость; стимулирует работу внутренних органов; тренирует мышечную и опорно-двигательную системы.

Будьте внимательны! Нагрузки при выполнении данных упражнений велики, поэтому необходимо это учитывать, если у ребенка есть отклонения в состоянии здоровья.

Прыжки через резиночку - это интересная для ребенка форма оздоровления, повышения уровня физической подготовленности, почти не имеющая каких-либо границ или ограничений.

«Русские резиночки»

1 – «десяточки»
(повторяются 10 раз).

Стоим слева от резинки, впрыгиваем двумя ногами в серединку, выпрыгиваем справа. Обратно прыгаем наоборот справа налево. Всего 10 раз.



2 - «девяточки»
(повторять 9 раз).

Становимся в серединку между резинками, в прыжке

разводим ноги и приземляемся с наружных сторон так, что между ног оказываются две линии резинки. Снова впрыгиваем двумя ногами в середину.

3 – «восьмерочки»
(повторяем 8 раз).

Становимся в
середину между
резинками,



подпрыгиваем и наступаем на обе резинки, прыжок — возвращаемся
обратно в серединку.



**4 – «семерочки» (7
раз).**

Правая нога стоит
между резинок, левая –
снаружи. Прыжок с

поворотом на 180 – поменяли положение ног, теперь левая внутри, правая
снаружи. Опять подпрыгиваем с поворотом на 180 и возвращаемся в
начальное положение.

5 – «шестерочки»
(повторить 6 раз).

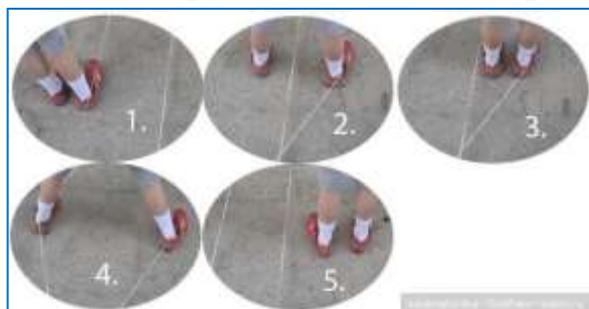
Становимся левой
ногой на левую
резинку, правой



ногой – на правую. Прыжок с поворотом на 180 – поменяли положение
ног, теперь левая оказывается на правой резинке, правая – на левой.
Подпрыгиваем с поворотом на 180 и возвращаемся в исходную позицию.

6 – «пятерочки» (повтор 5 раз).

Стоим снаружи по левую сторону от резинок. Подпрыгиваем, цепляя



правой ногой левую резинку и
перепрыгиваем через правую. В
итоге правая нога оказывается
зажатой в треугольнике, а левая
стоит снаружи. Теперь левую ногу
перекидываем к правой в центр
треугольника, немного отходим

влево так, чтобы раздвинуть расстояние между резинками, и выпрыгиваем
с правой стороны от резинок.

7 – «четверочки» (4
раза).

Стоим снаружи лицом
к резинке, прыжок
вперед –



приземляемся между резинками, прыжок вперед – выпрыгиваем наружу, прыжок назад спиной (не поворачиваясь) в серединку, выпрыгиваем назад спиной в начальную позицию.



8 – «троечки» (3 раза).

Стоим снаружи лицом к
резинке слева, прыгаем
вперед, цепляя двумя ногами

левую резинку, напрыгиваем на правую. Подпрыгиваем с поворотом на 180, сбрасывая резинку с ног, и приземляемся снаружи справа лицом к резинке. Повторяем в обратном направлении.

9 – «двочки» (2 раза).

Стоим слева от
резинки. Прыгаем,
наступив двумя ногами

(одна впереди, другая
сзади) на левую резинку.

Подпрыгнув с поворотом на 180°, наступаем
двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на правую резинку. Повторяем
в обратном направлении.



10 – «единички» (1
раз).

Стоим снаружи
спиной к левой резинке,
подпрыгиваем и

цепляем двумя пятками левую резинку, приземляемся на правую двумя ногами. Выпрыгиваем справа, освободив ноги от резинок, и останавливаемся за резинкой и лицом к ней.

*Инструктор по физической культуре
Долгова Галина Владимировна*

Игры для маленьких Почемучек

Соедини стрелками фрукты с корзиной, ягоды - с ведёрком, овощи - с коробкой.

