

ДЕТСКИЙ САД № 8

Выпуск № 1 (2016 – 2017 уч. г.)



Как приятно детворе -
Лето, лето на дворе.
Лето в садик к нам пришло,
Стало сухо и тепло.
В садике все по порядку,
Начинаем день с зарядки,
Про закалку не забудем,
Босичком гулять мы будем.



Папа, мама – мы друзья,
Мы – спортивная семья!
Спортом занимаемся,
Победить стараемся.
В настроении с утра
В сад шагает детвора



В кепках восхитительных,
В шляпках удивительных.
С клоуном соревновались
На все двести развлекались.
Лето – спорт, лето – игра -
Очень рада детвора!



И закалка, и веселье,
Лето всем на удивленье!



Отдыхаем и здоровье укрепляем!

Кто из нас не ждёт с нетерпением лета, не строит планов на жаркий сезон.

Лето – самый любимый детьми период года. Лето – это всегда большие возможности для оздоровления и укрепления детского организма.

Прекрасные воспоминания о лете у каждого из нас, как правило, связаны с активным отдыхом. Чтобы лето для детей стало незабываемым, ярким, спортивным мы организуем оздоровительную работу. Так, на спортивном участке активно используются подвижные и спортивные игры, эстафеты, развлечения, физкультурные занятия и всё это - на свежем воздухе, полезном во всех отношениях и необходимом для полноценного физического развития.



В течение месяца были проведены оздоровительные мероприятия для младшего возраста. Это развлечение: «В гости к лесным зверятам!» детям была предоставлена возможность перевоплотиться в разных зверей леса и выполнить подражательные движения зверей: таких как быть мамой лосихой, ежихой, зайчихой и т.п. Развлечения в игровой форме «В гости к Колобку», дети с удовольствием играли в подвижные игры с героями сказки.



Для детей среднего возраста - праздник «День летних шляп». Дети узнали, в каких шляпах можно выходить в летний период. Были проведены весёлые эстафеты с шляпами. Праздник прошёл весело и задорно.

Так же было проведено мероприятие с родителями старших групп «Папа, мама, я спортивная семья» где участвовали родители и их дети в спортивных соревнованиях. Все мероприятия проходят весело, задорно и интересно.

С детьми подготовительных групп интересно прошло развлечение по безопасности в летний период. Дети вспомнили, где и как можно играть летом, с какими предметами. Были проведены эстафеты по безопасности на дорогах и спортивных площадках.



Правильно организовав активный отдых детей, мы не только укрепляем их здоровье, но и формируем верные представления о здоровом образе жизни, правилах безопасности жизнедеятельности в летний период, влияние естественных сил природы на организм, воспитываем положительное отношение к подвижным и спортивным играм.

**Овчинникова Г.А.,
инструктор по физической культуре**

«Папа, мама, я – спортивная семья!»

Берегите здоровье смолоду

Существует правило: "Если хочешь воспитать своего ребенка здоровым, сам иди по пути здоровья, иначе его некуда будет вести! То, что прививают ребенку с детства в семье, определяет все его дальнейшее поведение в жизни, отношение к себе, своему здоровью и здоровью окружающих.

В детском саду традиционно проходит физкультурный летний праздник "Мама, папа, я - спортивная семья".

В этот раз участниками стали семья Барышевых и семья Голубцовых.

*Они хотят соревноваться,
Пошутить и посмеяться.
Силу, ловкость показать
и сноровку доказать!*

После разминки и зарядки начались забавные конкурсы: "семейный завтрак", "папамобиль", "генеральная уборка." и "поход в супермаркет". Пришлось всем членам команд попотеть и постараться. Эстафета "Репка» очень понравилась гостям, они с азартом болели и подбадривали участников.

Самыми веселыми и зажигательными оказались конкурсы "Собираемся на день рождения" и "Лучший танец". Все гости присоединились к танцующим "утятам". Семьям Барышевых и Голубцовых были вручены заслуженные призы и подарки.

*Всем спасибо за внимание
За задор и звонкий смех,
Говорим мы: "До свиданья
До счастливых новых встреч!"*

**Харина Л.А, воспитатель
старшей группы № 2**



Тропа здоровья

Охрана и укрепление здоровья, формирование у детей привычки к правильному образу жизни - приоритетные направления государственной политики в области образования, поскольку многолетние исследования говорят о заметном ухудшении состояния физической подготовки российских дошкольников. Правильный образ жизни предполагает формирование у ребенка активной позиции в отношении собственного развития, что достигается физическим, медико-гигиеническим, экологическим воспитанием.

В целях объединения оздоровительных и экологических факторов на территории детского сада создали Тропу здоровья.

При организации Тропы здоровья мы ставили перед собой следующие задачи:

- проводить профилактику плоскостопия;
- совершенствовать координацию движений;
- нормализовать функции сердечно-сосудистой и дыхательной систем; повышать сопротивляемость инфекционным заболеваниям;
- улучшать эмоционально-психическое состояние детей;
- приобщать детей к здоровому образу жизни.



Устроенная нами Тропа здоровья проходит вокруг здания детского сада. На маршруте есть теневые участки, но в целом он хорошо освещается солнцем. Большая часть Тропы здоровья покрыта травой с разбросанными еловыми шишками и вкопанными деревянными спилами и пеньками. Для закаливания используется небольшой плескательный бассейн. На Тропе здоровья используется различное спортивное оборудование: (скамейка - змейка, наклонная и ребристая доски). В летний период воспитанники детского сада большую часть времени проводят на свежем воздухе, поэтому Тропа здоровья используется в течение всего дня. Работа с детьми организуется в форме походов по разработанному маршруту.



Песок

Ну-ка, встали на песочек –
Потянулись, на носочек!

Трава

Трава шелковистая –
Солнышко Лучистое! (руки
ладошками вверх в стороны).

Камень

Руки в стороны, по швам!
И пройдемся по камням!
Гравий, мелкий камень
Камень мелкий – не ленись!
Руки в боки и пройдишь!

Дерево, мостик

Вот наш мостик деревянный!
По следам пройдем мы ловко!
Вот хорошая сноровка!

Земля

Мы на землю встанем дружно,
Нам здоровье очень нужно!
Повернемся влево, вправо,
Вот хорошая забава!



После отпуска в детском саду дети увидели очень интересные дорожки: тут были и скамейка, и мостик, и ящики с камнями, песком, галькой. Всех очень заинтересовало, что же это такое? А это новая «Тропа здоровья». Творческая группа воспитателей: Шунайлова Л.А., Овчинникова Г.А., Ярославцева М.Л. с главным вдохновителем проекта – Бачиной Е.А. создали в детском саду «Тропу здоровья», которая проходит по территории детского сада. На открытие были приглашены все дети. С веселым, бодрым, приподнятым настроением поговорили о здоровье и физкультуре.

Главным гостем на празднике стал Доктор Айболит. Он провел с детьми тренировку, чтобы подготовить к прохождению «Тропы здоровья». Даже малыши старательно повторяли все движения и упражнения. Наконец, все готовы. Доктор Айболит повел детей по тропе.

Харина Л.А.
воспитатель старшей группы № 2

Дети о здоровье



Что ты делаешь, чтобы быть здоровый?
Я очень часто мою руки и по утрам кушаю творожки.
(Кира К.)

Как нужно беречь здоровье?
Это значит закаляться и ходить босиком.
(Вероника П.)



Что такое здоровье?
Это крепкий иммунитет.
(Иван П.)



Детям подготовительной группы №1
задали вопрос.
Что такое закаливание?

Закаливание- это сначала тепло, а потом в холод,
«Для того, чтобы не болеть:
закаляться - это полезно».
(Максим М.)



«Закаливание – это обливание холодной водой.
Чтобы быть здоровым и не болеть».
(Даша И.)



«Закаляться нужно постепенно,
сначала начинают с теплого
обливания, а потом переходят на
холодное».
(Полина Ф.)



Дети, как понять, что вы
закаленные?
Мы не стали болеть.
(Маша П.)



Скажите, ребята, как вы понимаете
здоровый образ жизни?
Это никогда не болеть, нужно
беречь горло
Наниматься спортом; кушать
полезную еду.
(Маша П.)



Это быть здоровым. Делать
зарядку, обливаться холодной
водой, не есть много, особенно
холодного,
Не пить газировку.
(Денис П.)



Мне кажется, что это не болеть и не
кашлять,
Быть чистым, одеваться по погоде
Всё это нужно делать
каждый день.
(Ариана Б.)



Советы родителям

Наступает выходной день, куда пойти с ребенком?

Этот вопрос часто ставит родителей в тупик. Может, в поход в парк? Разумеется, решающее слово остается за ребенком, это один из моментов, когда ребенок чувствует свою сопричастность взрослым в семье и растет спокойным, уверенным.

Раз и навсегда уважаемые родители решите для себя: совместный с ребенком поход - это совсем не отдых для Вас, это время, полностью посвященное ему, вашему любимому ребенку. Пусть он еще раз удостоверится, что Вы его любите, что живете его интересами.

Посмотрите вокруг глазами ребенка - сколько интересного в мире! заинтересовался ваш ребенок чем-то, остановитесь, приглядитесь, постарайтесь смотреть на все его глазами и в то же время оставаться взрослым! Речь ваша, дорогие родители - эмоциональная и выразительная, должна нести доброе отношение к окружающему, восхищение щедрой красотой природы. В то же время побуждайте ребенка высказываться, думать, сопоставлять, учите анализировать, отвечать на вопросы и задавать их. Ребенок должен чувствовать родительскую сопричастность его интересам. Так формируется доверие к родителям.

В таких совместных походах, есть все условия для тренировки вашего ребенка в силе, ловкости, смелости.



Физическое воспитание ребёнка

Десять советов родителям

Совет 1. Поддерживайте интерес ребёнка к занятиям физической культурой, ни в коем случае не выказывайте своё пренебрежение к физическому развитию.

Пример взрослых в этом вопросе чрезвычайно важен. Как вы относитесь к физической культуре, так будет относиться к ней и ваш ребёнок. Часто ребёнок живёт под грузом запретов: не бегай, не шуми, не кричи громко. А ущемление потребности в самовыражении больше всего ударяет по самооценке и активности растущего человека. «Почему ты не делаешь зарядку? Почему так долго сидишь перед телевизором? Почему так поздно ложишься спать?» — всё это пустой звук для ребёнка. Родители должны хорошо знать потребности и возможности своего ребёнка и как можно полнее учитывать их.

Совет 2. Высокая самооценка — один из мощных стимулов для ребёнка выполнять любую работу, будь то домашние задания или утренняя гигиеническая гимнастика. Всемерно поддерживайте в своём ребёнке высокую самооценку — поощряйте любое его достижение, и в ответ вы получите ещё большее старание. На занятиях физической культурой необходимо выдерживать единую «линию поведения» обоих родителей — не должно быть противоположных распоряжений (мама — «хватит бегать»; папа — «побегай ещё минут пять»). Если это происходит — ни о каком положительном отношении ребёнка к физкультуре просто не может быть и речи.

Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду

Адаптационный период - серьезное испытание для малышей 1,5 - 3 года жизни. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние малыша.

Поэтому мы рекомендуем:

- ✿ Привести домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада.
- ✿ Познакомьтесь с меню детского сада и введите в рацион питания малыша новые для него блюда.
- ✿ Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок.
- ✿ Подберите для детского сада одежду. Она обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста, оптимальный вариант: брючки или шорты без застежек и лямок, удобные футболки, рубашечки и платья с короткими рукавами, обувь без шнурков, открытая.
- ✿ Приходите с ребенком на прогулку, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках.
- ✿ Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите уверенным голосом ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки.
- ✿ Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом. В детский сад можно брать с собой любимую игрушку.
- ✿ Планируйте свое время так, чтобы в первые 2 недели месяца посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые дни посещения детского сада должны быть ограничена 3-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, затем (если это рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.
- ✿ В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня детского сада, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.
- ✿ Ребенок должен приходит в детский сад только здоровым. Для профилактики ОРЗ и ОРВИ необходимо принимать витамины, смазывать ходы носа оксолиновой мазью.



выпуск подготовили:

Харина Л.А.
Овчинникова Г.А.
Леонтьева Г.В.
Ярославцева М.Л.