



"Березка"

Вместе познаем, чувствуем, творим

Газета для родителей №23, 2012



Тема номера: УЧИТЬСЯ НА ЗДОРОВЬЕ!



Поздравляем участников районного конкурса по безопасности дорожного движения «Светофорик», организованный Центром детского творчества 21.10.12

Участвовали команды детей и родителей групп № 9, 11

«Крепыши»

2 место

Дети

Владимирова Валерия
Мисюрева Ксения
Шомко Анна
Безматерных Дарья
Булычев Ефим
Полеваев Владислав
Нагибин Кирилл
Матяж Кирилл

Родители

Матяж Андрей
Анатолевич
Светлакова Ирина
Александровна

«Здоровейки»

4 место

Воложанинова Анна
Чехихина Виктория
Ременщикова Дарья
Чукавина Анастасия
Мисюрев Александр
Нуроков Дмитрий
Сиганьков Тимофей
Исаев Тимофей

Нуроков Денис
Владимирович
Нурокова Виктория
Викторовна

7 апреля –

Всемирный день здоровья

10 октября –

Всемирный день психического здоровья

14 июня –

Всемирный день донора крови

1 марта –

Всемирный день сна

19 ноября –

Международный день отказа от курения

Спортивная команда детей
МАДОУ «ЦРР – детский сад №7»

«Крепыши»

12.09.2012г. заняла **2 место**
в районной Спартакиаде
дошкольников.

Желаем дальнейших спортивных



Поздравляем
победителей Краевого конкурса
«Славься битвой исполинской,
славься ввек Бородино!»

Нагибина Кирилла, Матяж Кирилла,
Бочкареву Яну, Согоян Ладу,
Кузнецову Евгению, Кортаева Юрия,
Зацепурику Софью, Ременщикова Дарью,
Чехихину Викторию, Нурокова Дмитрия,
Полеваева Владислава

Дети подготовительной группы №9 стали победителями
в номинации «Юные чтецы» и были приглашены на
праздник в Краевую библиотеку им.Л.И.Кузьмина, г. Пермь.

Так держать!

Как помочь адаптации?

В нашем детском саду вот уже несколько лет реализуется программа «Поступаем в детский сад». Совместно родители, педагоги групп раннего возраста, педагог-психолог, медицинские работники и администрация стремятся создать благоприятные условия для снижения тяжести прохождения адаптации каждым ребенком.

Первый шаг этой программы - **неделя совместного пребывания детей и родителей «Привыкай-ка»** для семей детей, поступающих в детский сад. Родители в своих отзывах отметили, что «Привыкай-ка» помогла детям познакомиться с воспитателями и друг другом, родителям дала возможность узнать деятельность детского сада, получить консультативную помощь по вопросам: организации режима дня для ребенка, правильное питание, закаливающие процедуры, о профилактике «вредных привычек», узнать о традициях и правилах групп. Каждый день был посвящен определенной теме: здоровье и физкультура, изобразительная деятельность, игра, общение.



Два часа дети проводили с пользой: с самой первой минуты получали заряд бодрости с помощью дорожки «здоровья», пробовали свои силы в физических упражнениях, рисовании, подвижных и развивающих играх.

Организованная работа во время недели «Привыкай-ка» способствовало благоприятному введению малышей и мам в атмосферу детского сада.

Следующий шаг - **заседания клуба «Школа для родителей»**, цель которого - приобщение родителей к знаниям по психологии ребенка, об основных правилах воспитания детей; помощь в овладении наукой видеть и находить верное решение в возникающих проблемах с детьми в тех или иных обстоятельствах.

В этом году были проведены уже два заседания: «Азбука здоровья малыша» и практический семинар «Развивающийся ребёнок», в рамках которого воспитатель Т.И. Пушкарёва провела мастер-класс «Развиваем пальчики». Родители получили не только теоретические знания о пользе развития мелкой мускулатуры рук у детей, но и разучили интересные игры. Результатами проведенных заседаний клуба – повышение активности родителей в участие жизни детского сада, высокий процент их заинтересованности в воспитании образованного, развитого, здорового ребенка.

Старший воспитатель Елена Александровна Гашева



Эти «вредные привычки»

Хотя «вредные привычки» применительно к детям раннего возраста и пишутся в кавычках, но проблемы и последствия влекут за собой совсем не шуточные.

Что же это за «вредные привычки»?

- ✓ Ребенок сосет соску, пустышку, грудь
- ✓ Ребенок грызет ногти, уголок подушки
- ✓ Ребенок добивается своего с помощью капризов, истерики
- ✓ Ребенок подвержен пассивному курению (вдыхает дым)
- ✓ Ребенок проводит свободное время у телевизора

Это поведение имеет разные причины: внутренние страхи и тревожность ребенка, дефицит внимания и маминой ласки, равнодушие курящих взрослых.

Опасность. Все «вредные привычки» влекут за собой риск возникновения различных заболеваний (неврозов, заболеваний легких и сосудов, аллергий) и даже вовлечения в употребление наркотиков, алкоголя, сигарет и иных средств зависимости. У ребёнка тормозится развитие интеллектуальной и эмоциональной сфер, портится зрение, осанка.

Что делать? Не надо акцентировать внимание на вредной привычке путем ее запрета. Нужно мягко переключить ребенка на что-то другое: предложить ему поиграть, вовлечь в какое-нибудь совместное занятие с мамой, просто приласкать.

Еще одно безотказное правило - хвалить и поддерживать, спокойно объяснять, если ребенок сделал что-то не так.

Еще раз напомним, что в основе почти всех «вредных привычек» у детей лежат те или иные психологические проблемы.

Родительское внимание, теплая и доброжелательная атмосфера дома, забота, любовь и поддержка способны творить чудеса!

В Ваших руках - сделать своего малыша счастливым и уверенным в себе.

Психолог Оксана Александровна Петрова



Страничка размышлений

Как вырасти умными, красивыми, здоровыми?



Евгения
9 гр.:
*Увлекаться разными
занятиями,
ухаживать за собой.*

Александр Б.
8 гр.:
*Заниматься
спортом.*

Владислав
9 гр.:
*Быть вежливым,
читать книги.*

Маша Ш.
8 гр.:
*Кушать овощи
и фрукты.*

Александр И.
8 гр.:
*Слушаться маму,
папу и
воспитателя.*

Юрий
9 гр.:
*Гулять,
высыпаться.*

Глеб К.
8 гр.:
*Хорошо
питаться.*

Анна Ч.
11 гр.:
*Вовремя пить
лекарства,
заваривать
полезную траву.*

Софья В.
9 гр.:
*Умываться, чистить
зубы, есть морковь,
потому что в ней
витамины.*

Елисей П.
12 гр.:
*Нужно подстригаться,
бриться, мыться.
А еще гантели
поднимать, ходить на
дзюдо, таскать
кирпичи.*

Владислава
7 гр.:
*Витаминки есть и
красивое платье
одевать.*

Марина
10 гр.:
*Кашу есть, котлетки,
 пюре. Качать руки. Еще
можно помазаться
помадой, тушью и лаком.*

Новости образовательного процесса

Ежедневно в нашем детском саду идет нужная и интересная работа по укреплению здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

В группах раннего возраста, не смотря на то, что малыши недавно пришли в детский сад, уже с удовольствием закаляются: умываются, моют руки с мылом, ходят по массажной дорожке. И, конечно, ни одно утро не обходится без гимнастики.

Воспитатели группы №8 на протяжении нескольких лет реализуют образовательную программу «Здоровей-ка», привлекают родителей к участию в клубе «Здоровая семья».

В средней группе «Солнышко» детям очень понравилось развивающее занятие «Как хорошо устроено тело человека».

Заваривание травяного чая («Зелье») с составлением модели в рамках серии занятий «Знакомство с секретами кухни», детское экспериментирование «Дружим с водой», образовательная ситуация «Как не обжечься» - такие интересные формы работы проходят в группе № 11.

Клуб «Здоровая семья»

13 ноября в группе № 8 прошел увлекательный праздник «Спорт – это здоровье, сила, красота и смех». В программу соревнований вошли эстафеты и конкурсы, где ребята и их родители состязались в скорости, ловкости и силе и не только. Разминка для ума: вопросы на сообразительность для детей и взрослых, пословицы, чтение детьми стихов о пользе спорта – все это вызвало много положительных эмоций у участников.

Организаторы мероприятия – физинструктор Н.М.Бурцева, воспитатели В.Н.Насонова и Г.П.Чернышева создали бодрое настроение и дали почувствовать радость движения. А доброта судей во главе с Е.Ю.Гребневой привела к замечательному итогу: победила дружба. **Физкульт-ура!**

Родитель Юлия Максимова

Медики советуют

Защитите себя, свою семью и общество в сезон простуд

- ✓ Чаше мойте руки с мылом
 - ✓ Прикрывайте рот и нос носовым платком при чихании, кашле
 - ✓ Старайтесь не прикасаться руками к лицу – инфекция передается именно таким образом
 - ✓ Если Вы заболели, постарайтесь остаться дома и избегать контактов с другими людьми до исчезновения симптомов
 - ✓ Следите за новостями о начале эпидемии
- Будьте здоровы!**

Фельдшер Генара Юрьевна Шамсутдинова



«Йогурт – вкусно и полезно»

Йогурт – кисломолочный продукт, который славится своими полезными качествами. Он укрепляет иммунитет, нормализует работу кишечника, является профилактикой простудных заболеваний и аллергии, лучше переносится и усваивается пищеварительной системой, чем обычное молоко.

Йогурт способен обогатить рацион витаминами и ценными микроэлементами.

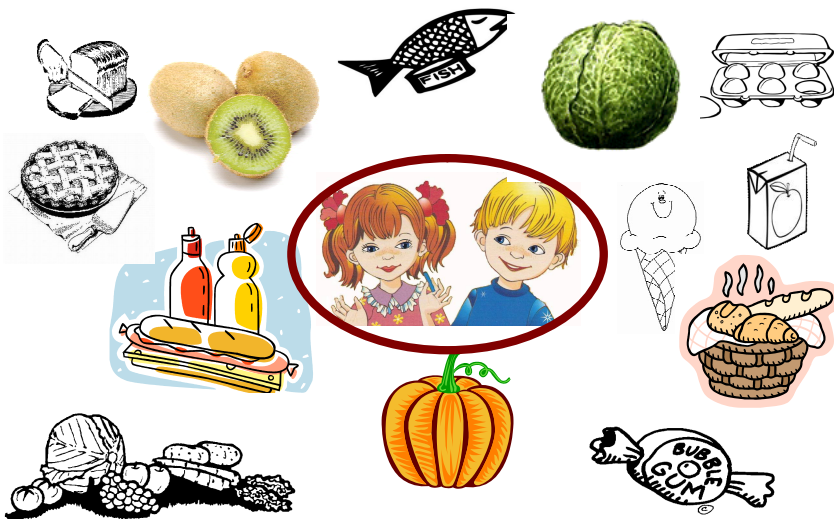


В йогурте имеется **витамин А**, который нужен для того, чтобы поддерживать в порядке зрение, **витамины группы В**, которые помогут укрепить нервную систему, **витамин С** – главный враг простуд и гриппа и **витамин Е**, который спасет от ранних морщин и проблем с сердцем. Помимо витаминов йогурт содержит **кальций, калий, цинк, фосфор и магний**. Кальций и фтор нужны для костей, зубов и мышц, калий поддерживает оптимальное кровяное давление и способствует передаче нервных импульсов (без него невозможно сообразить, что надо отдернуть руку от горячей сковородки), а магний улучшает состояние кожи, устраняет ломкость ногтей и делает волосы густыми и шелковистыми.

Но витамины и микроэлементы – не главная ценность настоящего йогурта. Доктора уважают эту разновидность молочнокислых продуктов за наличие в ней полезных бактерий. Заселить желудок и кишечник полезными микроорганизмами можно при помощи йогуртов. Однако полезны лишь те йогурты, в которых обитают «живые» бактерии.

Попробуйте приготовить полезный «живой» йогурт дома:

- 1). **Нагреть 0,5 литра молока до 40 градусов.**
 - 2). **Перелить в банку, добавить 1 столовую ложку «живого» йогурта.**
 - 3). **Банку укутать и поставить в теплое место на три часа для более долгого поддержания благоприятной температуры.**
- Йогурт готов. Приятного аппетита!**



Занимаюсь вместе с мамой

**Накорми ребят
только полезными
продуктами.
Как ты думаешь,
почему они
полезны?
Объясни.**

Юмор в коротких штанишках

Во время обеда в **группе №6** воспитатель спрашивает:

- **Саша**, почему ты не кушаешь?
Давай за маму, за папу...

Ребенок ест.

- А теперь за братика,
сестренку...

Ребенок, отказываясь от еды:

- Да нет у меня никого, я у мамы
с папой один.

На завтрак дети **11 группы** едят
творожную запеканку.

Воспитатель:

- Творог очень полезный, в нем
много витаминов и кальция.

Дети, будете есть творог – у вас
будут крепкие косточки, ногти,
волосы...

- И большая голова! – добавляет
Ярослав С.

Сережа из 8 группы, собираясь
в детский сад, потирает
маму:

- Скорее! Меня там друзья ждут!

- А что вы с друзьями делаете?

- Деремся!

