



Муниципальное дошкольное
образовательное учреждение

Детский сад
№55

ВЫПУСК №6

Лето 2020г.

Лето – самая радостная и красочная пора. Оно приветствует нас ароматом трав и красками цветов, яркими солнечными лучами и теплыми дождиками. А еще в календаре летних месяцев очень много различных хороших праздников

1 июня День защиты детей
5 июня Всемирный день окружающей среды
9 июня Международный день друзей
12 июня День России
21 июня Международный день отца
8 июля День семьи, любви и верности
11 июля Всемирный день шоколада
20 июля Международный день шахмат
30 июля Международный день дружбы
5 августа День светофора
8 августа Всемирный день кошек
22 августа День флага России

Желаем вам вместе проводить время и наслаждаться летними деньками, ведь вместе веселей, вместе радостней!

«Детский сад – планета детства»

Информационно-познавательная газета
МДОУ «Детский сад №55»



ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

Для Вас родители... -

«Укусы насекомых - защита и первая помощь»

«Тепловой и солнечные удары»

«Лето в детском саду»

Прикосновение к душе...-

«Летние игры для детей»

«Эмоциональная безопасность»

Если хочешь быть здоров...-

«Лето-время для закаливания»

Азбука речи

Сказка «Ёжик» для игры с массажным мячиком

Прикосновение к душе

Летние игры для детей — на даче и на море

Лето — это маленькая жизнь. А уж лето с детьми — тем более. И надо прожить эту жизнь достойно — весело и с выдумкой. В деревне, на даче и на море вам помогут идеи, собранные со всего мира.



1. Музыкальная стена.

Всякие гремелки и шумелки. В ход пойдут старые крышки, кастрюли, жестяные банки, ложки и любые предметы, с помощью которых можно издавать звуки.



2. Водная стена.

При помощи всевозможных ёмкостей и шлангов сооружается стена, по которой можно будет пустить воду, чтобы она проходила через все препятствия.



3. Уличная кухня.

Многие, наверное, уже подзабыли, как в детстве пекли пироги из земли и крошили салаты из подорожника. Сделайте для своих детей небольшую кухню, и они сами придумают, чем угостить вас на обед.



4. Игры на меткость.

Из ярких воздушных шариков можно сделать мячи, набитые чечевицей, фасолью или горохом. А потом купить, например, поддоны для цветов и сделать мишени с цифрами. Чем дальше и меньше тарелочка, тем больше очков за попадание.



5. Пиньята из воздушных шариков с водой.

Пиньята — это мексиканская игрушка, изготовленная из папье-маше — довольно большая и набитая сюрпризами (конфетами, орехами). По традиции, ребенок с завязанными глазами должен разбить ее палкой.



6. Водяные бомбочки.



Можно просто покидаться или же сыграть в игру, где играющие постепенно отходят друг от друга, и выигрывает та команда или игрок, кто смог поймать бомбочку с самого дальнего расстояния.

7. Мыльные пузыри.

Ещё пузырями можно рисовать! Просто надо добавить в любой мыльный раствор краску или пищевой краситель, набулькать побольше пены и сверху прислонить к ней бумагу.



Если хочешь быть здоров

Лето-время для закаливания



Основные закаливающие способы доступны всем — это солнце, воздух и вода.

Правила закаливания детей:

- закаливающие процедуры необходимо проводить систематически;
- сочетайте их с физическими упражнениями и массажем;
- увеличивайте время проведения процедуры постепенно, начиная от нескольких минут;
- одежда и обувь ребенка должны соответствовать температуре воздуха, быть из натуральных материалов;
- лучше всего проводить закаливающие процедуры в форме игры и развлечения.

Самый простой способ закаливания - воздушные ванны:

- летом прогулки должны составлять минимум 3—4 часа утром и вечером;
- выходя на прогулку, не слишком укутывайте ребенка;
- очень полезны прогулки после грозы, когда воздух насыщен озоном;
- детская комната должна регулярно проветриваться в отсутствие ребенка.

Солнечные ванны — это не лежание на пляже.

Простая прогулка в солнечный день сможет насытить организм витамином D.

Правила солнечного закаливания:

- ребенку не рекомендуется проводить на солнце больше двух часов подряд. За 20 минут до того как вы собираетесь выходить на улицу, нанесите солнцезащитный крем;
- самое подходящее время — от 8 до 10 часов утра и после 17 часов вечера, послеполуденного солнца следует избегать;
- во время прогулок обязательно надевайте легкие головные уборы для предотвращения перегрева и солнечного удара.

Наиболее эффективным способом укрепления иммунитета детей дошкольного возраста считается закаливание водой.

Процедуры водного закаливания:

- умывание прохладной водой;
- гигиенические ванны с водой, по температуре приблизительно равной температуре тела человека;
- ванны для ног, обливание ног;
- общее обливание;
- контрастный душ;
- купание в открытых водоемах.



Начинать купаться в природных водоемах ребенку можно в тихую погоду без ветра, при температуре воздуха не ниже +25° и воды +23°. Лучшее время для начала купания — около полудня, когда прогреваются и вода и воздух, а контраст в температурах минимальный. Очень важна последовательная подготовка ребенка. Сначала — обтирание мокрым полотенцем, затем умывание прохладной водой, летний душ, а потом уже купание.

Если ребенок перекупался, его знобит, нужно быстро и энергично растереть ему тело мягким махровым полотенцем и дать выпить теплого чая.

Нужно серьезно относиться к выбору водоемов для купания, поскольку многие из них могут оказаться очагами инфекции. Специалисты рекомендуют море, дикие чистые озера или реки. Беспроигрышный вариант — обзавестись дачным бассейном. Начинать посещать городской бассейн тоже лучше всего летом, чтобы к осени малыш имел возможность адаптироваться.

Эффективным для укрепления здоровья может быть и **массаж стоп**. Отличная закаливающая процедура — ходьба босиком по песку, гальке, дорожке или траве. Неровная поверхность будет воздействовать на множество нервных окончаний, что положительно повлияет на состояние различных органов и систем, прежде всего верхних дыхательных путей, защитит от плоскостопия. Не запрещайте ребенку получать этот естественный массаж, просто предварительно убедитесь в том, что нет осколков или других предметов, о которые можно пораниться. Специальная дорожка, предназначенная для массажа стоп, будет хорошим решением.

Для Вас родители

Укусы насекомых – защита и первая помощь

Пришло лето – пора отпусков, поездок на дачу и в лес на шашлыки. А так же это пора встреч с комарами, клещами, пчелами, осами и прочей живностью, которая в изобилии водится на природе и часто встречается в городах. И самое неприятное в этих встречах то, что они могут закончиться тем, что нерадивого отдыхающего могут покусать или ужалить. Сами по себе эти укусы-то не так страшны, как страшны, учитывая упорно растущую аллергизацию населения, осложнения в виде крапивницы, отека Квинке или даже анафилактического шока. Так же с укусом можно получить —подарочек|| в виде возбудителя какого-нибудь заболевания.



УКУСЫ КОМАРОВ

Обезопасит от укусов комаров ношение закрытой одежды в сочетании с использованием репеллентов. Если ночуете в палатке, то окна и входы должны закрываться москитной сеткой, которую тоже можно обработать репеллентами. Сами укусы доставляют неприятности своим зудом, от которого спасает протирание одеколоном, раствором соды или использование мазей типа Спасатель.



УКУСЫ ПЧЕЛ, ОС, ШМЕЛЕЙ, ШЕРШНЕЙ

Для того чтобы вас укусила оса вовсе не обязательно играть в футбол на поляне осиным гнездом, а достаточно пройти по продуктовым рядам на рынке или подойти к палатке со сладостями. Поэтому если у вас аллергия на их укусы, то имеет смысл держать при себе антигистаминный препарат даже при походе в магазин. При укусе пчелы в ране остается жало, которое нужно аккуратно удалить пинцетом. Если вы его сломаете, то наличие отломка жала в ране приведет к нагнаиванию, и ранка будет заживать много дольше.



После этого к месту укуса надо приложить холод для снижения неприятных ощущений и уменьшения отека. Если вы аллергик, то стоит принять антигистаминный препарат – дозировка при укусах часто указана в инструкции к препарату. В случае нарушения сознания, появления одышки, судорог, рвоты, повышении температуры необходимо срочно обратиться за медицинской помощью. Так же надо обратиться к врачу при укусах корня языка, зева, так как в результате отека возможно развитие удушья.

УКУСЫ КЛЕЩЕЙ

Укусы клещей опасны переносом таких опасных инфекционных заболеваний, как конго-крымская геморрагическая лихорадка, клещевой вирусный энцефалит, клещевой боррелиоз. Поэтому если после укуса в течение нескольких дней у вас появились боли в мышцах, суставах, головные боли, лихорадка, обширные покраснения кожи, то необходимо срочно обратиться к врачу. Кстати, против клещевого вирусного энцефалита проводится вакцинация. Вопреки распространенному мнению, клещи обитают не на ветках деревьев, а в траве вдоль тропинок и опушек. Зацепившись за одежду, они вскарабкиваются до шеи и головы, где и присасываются. При укусе клеща рекомендуется не вытаскивать его самому, а сразу же обратиться в медицинское учреждение, где его удалят целиком. Если такой возможности нет, то удалять его надо очень осторожно, чтобы не раздавить и не разорвать. Смазывать клеща чем-либо так же не рекомендуется, так как в этом случае клещ может —опорожниться|| в рану, что может грозить серьезными осложнениями. После успешного удаления все равно стоит показаться к врачу-инфекционисту, причем хорошо, если с самим —виновником||, предварительно посаженным в герметичный флакон. Уберечь от укусов клещей помогут закрытая одежда и использование специальных репеллентов.



Для Вас родители

Тепловой и солнечные удары

ТЕПЛОВОЙ УДАР

Остроразвивающееся болезненное состояние, обусловленное перегреванием организма в результате длительного воздействия высокой температуры внешней среды.

Особенно подвержены перегреванию лица, страдающие сердечно-сосудистыми заболеваниями, атеросклерозом, гипертонической болезнью, пороками сердца, ожирением, эндокринными расстройствами, вегето-сосудистой дистонией.

Симптомы перегревания усугубляются при повышении влажности окружающей среды.

СИМПТОМЫ

Легкая степень: общая слабость; головная боль; тошнота; учащения пульса и дыхания; расширение зрачков.

При средней степени: резкая адинамия; сильная головная боль с тошнотой и рвотой; оглушенность; неуверенность движений; шаткая походка; временами обморочные состояния; учащение пульса и дыхания; повышение температуры тела до 39-40°C.

Тяжелая форма теплового удара развивается внезапно. Лицо гиперемировано, позже бледно-цианотичное. Наблюдаются случаи изменения сознания от легкой степени до комы, судорог, бред, галлюцинации, повышение температура тела до 41-42°C, случаи внезапной смерти. Летальность 20 - 30%.

ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ

СРОЧНО! Устранить тепловое воздействие;

- удалить пострадавшего из зоны перегревания;
- уложить на открытой площадке в тени;
- вдыхание паров нашатырного спирта с ватки;
- освободить от верхней одежды;

- смачивание лица холодной водой, похлопывание по груди мокрым полотенцем;
- положить на голову пузырь с холодной водой;
- частое опаживание;
- вызвать бригаду скорой помощи.

ПРОФИЛАКТИКА

- В жаркие дни при большой влажности желателен выход на открытый воздух до 10-11 часов дня, позже возможно пребывание в зеленой зоне в тени деревьев.
- Выход из помещения только в головном уборе.
- Целесообразно основной прием пищи перенести на вечерние часы.
- Вместо воды можно пользоваться подслащенным или подкисленным чаем, рисовым или вишневым отваром, хлебным квасом (до 1,5-2 литров).
- Ограничение жирной и белковой пищи.
- Запрещение спиртных напитков.
- Одежда должна быть легкой, свободной, из хлопчатобумажных тканей, для постоянного испарения пота.
- Нецелесообразно чрезмерное употребление косметических средств и кремов как препятствующих нормальному функционированию кожных покровов.
- Ограничить лишние физические нагрузки (соревнования, длительные переходы).
- Исключить эмоциональное напряжение.
- В питании – овощи и фрукты.



Для Вас родители

Лето в детском саду

Лето – это прекрасная пора и для детей, и для взрослых. Именно летом у детей есть прекрасная возможность получить заряд здоровья на весь год. Поэтому многие родители, задолго до наступления тепла начинают заботиться о том, где и как ребенок проведет лето. Конечно, лучший вариант – это отправить ребенка за город к родственникам либо в лагерь к морю. Но, к сожалению, далеко не у всех родителей есть такая возможность, поэтому многие дети проводят лето в детском саду.

Работа детского сада летом немного отличается от другого времени года и ее принято называть оздоровительной. Дети гораздо больше времени проводят на свежем воздухе и здесь очень важно всемерно использовать благоприятные для укрепления здоровья детей условия летнего времени и добиться, чтобы ребёнок окреп, поправился и закалился, научился понимать и полюбить удивительный, прекрасный мир растений и животных. Летом природа представляет большие возможности для развития познавательных способностей дошкольников.

Основные занятия летом в детском саду:

-коллективные игры на свежем воздухе;

-активные и регулярные физические нагрузки;

-спортивные

-ознакомление детей с окружающей их природой;

-чтение детской литературы.



соревнования;



Огромную роль в том, насколько интересно дети будут проводить лето в детском саду, играет желание и умение воспитателя сделать каждый день для ребенка ярким.

Игры с мячом

Прыгать, играть в мяч, в футбол в помещении нельзя. На улице играть – опасно. На игровой площадке зачастую находятся разновозрастные дети, поэтому подвижные игры более-менее «взрослых» детей могут привести к травмам малышей. Так все больше детей становятся «ограниченными в своих движениях» против воли. И только в детском саду на спортивной площадке в летнее время они могут побегать по-настоящему под присмотром и руководством воспитателя.

Разнообразие игровых упражнений увлекает детей настолько, что они иногда «забывают» о времени. Познав радость и удовольствие от предложенной им деятельности, дошкольники уходят из игры с желанием продолжить его как можно скорее. Так формируются осознанный интерес и мотивация к занятиям не только с мячом, но и физкультурой в целом.

Рисование мелками

Намного интереснее рисовать с детьми на улице. На прогулку мы часто берем с собой набор цветных мелков, и смело разрисовываем асфальт. Причем рисуем не только человечков, картинки, но и изучаем буквы, цифры и т. д. Девочки обычно любят поиграть в классики и другие аналогичные игры.



Игры с обручем и скакалкой

Улучшить физическую подготовку ребенка можно также при помощи обруча и скакалки. Их мы тоже используем не редко. Обручи в основном используем как цель для метания мешочками, а скакалки – для подвижных игр и для прыжков. Кстати, метанием мешочков в цель любят заниматься в основном мальчики, а прыгать в скакалки – девочки.

На самом деле, вариантов летних игр с детьми очень много, просто надо подключить свою фантазию, и каждый день лета будет праздником.

Прикосновение к душе

Эмоциональная безопасность выглядит так.

Когда ты в ужасе выбегаешь из ванной и ругаешься что туалет перестал смывать... а 4х летний ребёнок говорит: «Наверное, это из-за меня. Я бросила очень много бумаги. Мне нужен был картонный рулон. Извини, пожалуйста». И ты вместо «сегодня никаких мультиков!» отвечаешь: «Хорошо, спасибо за честность».

Когда подросток звонит тебе из школьной поездки в слезах и говорит: «Меня поймали с алкоголем. Что мне делать?» А ты вместо «дома получишь», говоришь: «Не переживай. Это не конец света. С кем ты? Где? В безопасности?»

Когда ты говоришь мужу: «Пойди проверь, дышит ли она. Она слишком долго спит». И он вместо «не говори ерунду, мысли материальны» отвечает: «Я проверю. Но чего ты опасаться?». И ты обсуждаешь с ним свой страх синдрома внезапной детской смерти. И он тебя обнимает.

Когда ребёнок говорит: «Я боюсь сделать неверный выбор, пойти не в тот университет. Вдруг я пожалею», и ты вместо «у тебя ещё есть год на подумать, это важное решение, от него зависит вся жизнь» отвечаешь: «Ты всегда можешь передумать. Ошибка — это тоже результат. Мы растём и наш взгляд на себя меняется».



Когда старшие дети говорят о младенце: «когда она кричит, у меня внутри такая злость, такая злость», а ты понимающе киваешь вместо того, чтобы напомнить, что это твоя сестра и ты должна ее любить.



Как же комфортно жить в доме, где есть эмоциональная безопасность. Жизнь становится абсолютно другой. В ней почти нет страха, меньше злости и очень много поддержки.



по материалам Натальи Ремиш

Любящий родитель

Жил родитель, который очень любил своих детей и очень боялся, что с ними что-то случится. Поэтому, он всегда контролировал каждый их шаг, указывая, в какую сторону им нужно идти. Он делал всё, чтобы никакие трудности не омрачили их жизнь. Но, несмотря на это, его дети выросли недостойными людьми.

В отчаянии любящий родитель воскликнул:

— Жизнь! Почему же так случилось?!

Та ему ответила:

— Потому что ты не дал мне ни единой возможности их воспитать.

Притча от Маргариты Гапоновой

Азбука речи

СКАЗКА «ЁЖИК» ДЛЯ ИГРЫ С МАССАЖНЫМ МЯЧИКОМ

Жил был ёжик
(показываем шарик-массажёр).

Он был колючий
(обхватываем ладонью правой, затем левой
руки).

Как-то раз, пошёл он погулять
(катаем по кругу на ладони).

Пришёл на полянку, увидел короткую тропинку
и побежал по ней
(катаем от ладони к мизинчику и обратно).

Вернулся на полянку
(катаем по кругу на ладони).

Опять побежал по полянке
(катаем между ладонями по кругу),

заметил речку, побежал по её берегу (катаем
по безымянному пальцу).

Снова вернулся на полянку
(между ладонями).

Посидел, отдохнул, погрелся на солнышке,
увидел длинную тропинку и побежал по ней
(катаем по среднему пальчику).

Вернулся на полянку и увидел горку, решил
забраться туда
(слегка поднимаем указательный пальчик
(горка) и водим шариком по нему).

Потом ёжик покатился вниз и снова оказался на
полянке
(движение по кругу на ладони).



Увидел деревце и побежал вокруг него
(катаем вокруг большого пальчика, подняв
его).

Стало ёжику жарко, он высунул свою мордочку
навстречу прохладному ветерку.

Дыхательная гимнастика:

Вдох через нос, выдох на ладонь руки,
повторить 2 раза.

Открываем шарик и достаём массажное
колечко.

Поочерёдно надеваем его на каждый палец
ведущей руки, движения вверх-вниз несколько
раз.

Ёжик увидел грибок и поспешил сорвать его
(на большой палец), заметил цветочек и
понюхал его (на указательный).

Нашёл красивый листочек и подбежал его
посмотреть (на средний), приметил ягодку и
сорвал её (на безымянный).

Нашёл шишку и взял её для своей мамы в
подарок (на мизинчик).

Ёжик так весело гулял по лесу, что не заметил,
как стало темнеть. Наступал вечер. Довольный
прогулкой, он отправится домой
(закрываем шарик, катаем между ладонями).

