



Муниципальное
дошкольное
образовательное
учреждение детский
сад №116

Дошкольная академия

Выпуск 1

Сентябрь 2023 г.

Уважаемые читатели, мы рады приветствовать вас на страницах нашей газеты, посвященной вопросам развития и воспитания детей. В каждом выпуске вы найдёте материалы и рекомендации педагогов детского сада по развитию ваших малышей, узнаете об интересных событиях и мероприятиях, сможете заняться интересным совместным творчеством и поиграть в разные игры.

В этом выпуске:

Калейдоскоп событий	2
Закаливание детей дошкольного возраста	3
Младшая группа «Капельки»	4
Что надо делать дома, чтобы быть здоровым	3

Тема номера: Если хочешь быть здоров!

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей—одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании» (ст.51), «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др.

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Проблемы сохранения здоровья детей, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Именно детском возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением детей методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Все родители хотят обеспечить своим детям счастливое детство, дать хороший старт во взрослую



жизнь. Но современных детей подстерегает большое количество соблазнов, которые мешают вести правильный образ жизни, обеспечивающий хорошее здоровье и успеваемость.

Быть здоровым, сохранить и укрепить здоровье – это искусство, которое должно стать потребностью, образом жизни.

0+

КАЛЕЙДОСКОП СОБЫТИЙ

Коротко о главном

Быстро и незаметно пролетело яркое теплое лето... Наши ребята окрепли, подросли и повзрослели. И вот наступает самый первый осенний денек, когда мы провожаем старших братьев и сестричек в школу, а сами ждем Нового учебного года. Ждем от него чего то необычного, интересного и конечно же встречаем Новый учебный год как всегда на позитиве, с песнями и стихами, шутками и играми и ждем прихода необычных гостей.



Так и в нашем детском саду прошла встреча Нового учебного года. Этот день был полон веселья и шуток. Мы



подготовили небольшой концерт, пели песни о детстве, радостно встретили пришедшую к нам в гости девочку Ириску, которая совершенно не пони-

мала, что на новый учебный год совсем не нужна елка. Вместе с ребятами наша гостыя веселилась, отгадывала загадки, и даже научилась у наших детей вежливым словам.

А на следующий день в нашем микрорайоне был праздник-День Мариэвки, и мы снова получили массу положительных эмо-



ций! Ребята подготовительных групп и даже наши выпускники (сегодняшние первоклашки) приняли участие в концерте, посвященном дню нашего микрорайона. Ведь педагоги нашего детского сада уделяют очень много времени обучению детей эмоционально и артистично вести себя на сцене, уметь владеть пением в микрофон и поэтому три концертных номера



наших дошколят прошли на высоте.

Ну и конечно же сам праздник запомнился ребя-

там массой интересных конкурсов, спортивных состязаний, мастер-классов и конечно же вкусными призами. В заключение праздника прошла яркая зажигательная дискотека



под открытым небом.

Подготовила: Смирнова И.В., музыкальный руководитель.



ТЕМА НОМЕРА

Закаливание детей дошкольного возраста

Существуют 3 основных способа закаливания детей:

1. Закаливание воздухом.
2. Закаливание водой.
3. Закаливание солнцем.

И конечно же не нужно забывать об утренней гимнастике и гимнастике после сна.

Утреннюю гимнастику и гимнастику после сна проводят в теплое время года при одностороннем проветривании.

в холодную погоду (зимой) – при закрытых окнах, но сразу после проветривания помещения; летом - на открытом воздухе.

Если дети уже привыкли к прохладному воздуху, то на всё время бодрствования их оставляют в облегчённой одежде (гольфы, короткие рукава) не только летом, но и зимой.

Закаливание детей воздухом

Постепенно приучайте детей находиться в помещении сначала при одностороннем, а затем при угловом проветривании. Сквозное проветривание проводят в отсутствие ребёнка, допуская снижение температуры до 15-17 градусов и прекращая его за 20-30 минут до возвращения ребёнка (время, необходимое для восстановления нормальной температуры).

Очень полезен дневной сон на открытом воздухе: на веранде или в саду, в хорошо проветренном помещении, независимо от времени года.

Закаливание детей водой

Начинают с предельно слабых воздействий на ограниченную часть кожных покровов

(местное обтирание, обливание), затем переходят к общему обтиранию всего тела. При местном воздействии начинают с воды в 30 градусов, через каждые 1-2 дня её снижают на 1-2 градуса до тех пор, пока она не достигнет 18-16 градусов. Для общего воздействия начальная температура воды – 35-34 градуса, через каждые 3-4 дня её снижают на 1-2 градуса и доводят до 24-22 градусов.



Умывание. При умывании детей старше двух лет им моют лицо, шею, верхнюю часть груди и руки до локтя. Летом можно умывать детей прохладной водой из-под крана.

Обтирание. Действие обтирания намного сильнее, чем умывания. Обтирание проводится варежкой из мягкой ткани или концом полотенца, смоченным водой нужной температуры. Конечности обтирают, слегка массируя кожу по направлению от пальцев к плечу. Общее обтирание производят в следующей последовательности: сначала обтирают верхние конечности, затем грудь, живот и спину.

Обливание. Начинать надо с

местного обливания.

Ноги обливают из ковша (ёмкостью 0, 5 л), воду льют на нижнюю треть голени и стоп. Обязательно соблюдать правило: прохладную воду лить только на тёплые ноги. Собственно обливание продолжается 20-30 секунд, а затем следует растирание. Игра с водой также может быть использована как закаливающая процедура. Важно соблюдать соответствующую температуру воды (28 градусов).

Наблюдая за детьми, можно постепенно снизить температуру воды до комнатной, не допуская, однако, явления охлаждения.

Закаливание детей солнцем

Закаливание солнцем осуществляется в процессе прогулки при обычной деятельности детей.

Детям обязательно надевают светлый головной убор.

Начинают прогулку со световоздушных ванн в тени деревьев. Затем на 5-10 минут игру детей перемещают под прямые лучи солнца и вновь в тень. Так повторяют 2-3 раза в течение прогулки.

Необходимо предупредить начало перегревания, поэтому при появлении небольшого покраснения лица ребёнка уводят в тень, занимают спокойной игрой, дают выпить несколько глотков воды. По мере появления загара солнечные ванны становятся более продолжительными.

Желаем вам не болеть и посещать детский сад !

Подготовила: Ермакова Н.С., инструктор по физической культуре.

ЗНАКОМЬТЕСЬ, ЭТО—МЫ

Младшая группа «Капельки»

Наша группа «Капельки».
Мы здесь учимся играть,
Песни петь и танцевать,
Наизусть стихи читать.
На зарядке заниматься
И играть друг с другом в прятки.
На прогулке убираться,
И в песочнице капаться.
Приходите к нам скорей
Вместе будет веселей!



Вот и наступил тот день, когда пришли в мою группу «Капельки» 11 девочек и 9 мальчиков! Группу посещают дети от трёх до четырёх лет. Для малы-



шей созданы все условия для всестороннего развития.

Детям очень нравится в группе, каждый день они узнают очень много нового и интересного. Скучать не приходится!

Малыши проявляют себя в разных видах деятельности: лепке, конструировании, рисовании, аппликации. Чтение художественной литературы,



оздоровительные мероприятия. Ребята очень любят играть в сюжетно - ролевые игры, что помогает

в развитии речи. Изучают новые для них песенки на музыкальных занятиях.

Каждый день в детском саду -



это впечатления, игры, общение, занятия интересными делами, творчество. Будни в детском саду проходят очень весело и занимательно!

Группа «Капельки» - это 11 красивых девочек и 9 смелых мальчиков.



Подготовила: Воробьева Е.В., воспитатель группы №5

ГОВОРЯТ ДЕТИ

Что надо делать дома, чтобы быть здоровыми

Воспитанники старшей группы №10 вместе со своими родителями ответили на вопрос: «Что надо делать дома, чтобы быть здоровыми»

«Чтобы быть здоровым, нужно есть много фруктов, овощей, пить побольше воды, ходить гулять и дышать свежим воздухом. А если заболел, надо пить лекарства. Не надо болеть». (Соня П.)

«Есть полезные продукты, фрукты и овощи. Делать зарядку, Мыть руки, чистить зубы». (Алина М.)

«Настроение в порядке
Сил прибавила зарядка
Быстро в ванну умыться
И на завтрак собираться». (Кирилл Е.)

«Мы едим полезную еду. Утром делаем зарядку и занимаемся спортом. Любим гулять на улице. Мы моем руки с мылом, Часто улыбаемся и смеемся. У нас всегда хорошее настроение». (Настя П.)

«Однажды один мальчик заболел. Ему мама давала горькие микстуры. После этого он решил, есть много полезных фруктов и овощей.

Чтобы быть здоровым нужно:

- хорошо питаться;
- мыть руки;
- чистить зубы;
- пить ромашку;
- делать зарядку;
- уборка.» (Аня Д.)

«Если хочешь быть здоров, закаляйся!
Ранним утром зарядкой занимайся.
На завтрак кушай кашу, пей ягодный компот.
В обед конечно супчик, с салатом бутерброд.
А днем нам очень нужно немножечко поспать.
Потом часок другой, конечно погулять.
В бассейн ходить и в танцы.
А главное не грустить и будешь ты здоровеньким в детский сад ходить». (Агата П.)

**Муниципальное
дошкольное
образовательное
учреждение детский
сад №116**

Адрес: Ярославская обл.,
Г.Рыбинск,
Ул. 1-я Выборгская,
д.51а

Телефон: (848550 26-71-25
Эл. почта: ryb116ds.edu.yar.ru

**«Дошкольная академия» -
это ежемесячная
информационно-познавательная
газета для детей,
их родителей
и
сотрудников нашего детского са-
да.**

Главный редактор: Кузовникова Оксана Николаевна

Заголовок статьи на последней странице

Эта статья может состоять не более чем из 150-200 слов.

Если бюллетень складывается и отправляется по почте, то эта статья будет расположена на обратной стороне. Поэтому она должна легко восприниматься визуально.

Это легко сделать с помощью представления материала в виде вопросов и ответов. Вы можете привести здесь вопросы, полученные от читателей после выхода предыдущего выпуска, или ответить на часто задаваемые вопросы.

Список имен и должностей руководителей вашей организации - хороший способ придать бюллетеню конкретный, персонифицированный вид. Если ваша организация невелика, можно привести список всех ее сотрудников.

Если у вас имеются сведения о ценах на основные товары и услуги,

поместите их здесь. Вы можете сообщить читателю о других формах взаимодействия с вашей организацией.

Можно также напомнить читателю о каком-либо повторяющемся событии, на котором он мог бы присутствовать, например о деловом за-

траке для независимых продавцов в третий четверг каждого месяца или же о проводимых вами благотворительных мероприятиях.

Если место позволяет, здесь же можно разместить клип или другой графический объект.



Пояснительная подпись под рисунком.