«Рождественский вестник»

Выпуск №3, январь 2018 г.

«Детский сад – семья: нас объединяют дети

В этом номере:

Наши события. стр.2-3-4-5

Советы родителям стр.6

Наш вернисаж стр.7-8

Рождественский праздник стр.9

Уважаемые родители!

Рубрика «Наши события» расскажет вам о том как проходит работа по оздоровлению воспитанников.
Рубрика «Советы родителям». В этой рубрике узнаете как лучше провести оздоровительную работу с ребенком.
Рубрика «Наш вернисаж» представит детские работы по темам.
Рубрика «Рождественский праздник».
Мы с нетерпением ждем Ваших предложений, пожеланий и активного участия в создании газеты.
А еще много интересного Вы можете узнать, заглянув на наш сайт http://christmas.ucoz.ru

Наши события.

Основными задачами детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

- *Охрана и укрепление здоровья детей*
- *Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств*
- *Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности*
- *Воспитание потребности в здоровом образе жизни*
- *Обеспечение физического и психического благополучия.*

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (утренняя гимнастика, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия).

Причём, чтобы обеспечить воспитание здорового ребёнка, работа в нашем детском саду строится по нескольким направлениям:

- *Создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей*
- *Повышение педагогического мастерства и деловой квалификации воспитателей детского сада*
- *Комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинским работником*
- *Воспитание здорового ребёнка совместными усилиями детского сада и семьи.*

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определённые условия.

В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные физические пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. В детском саду оборудован физкультурный зал для физкультурных занятий с разнообразным физкультурным оборудованием. Всё это повышает интерес малышей к физкультуре, увеличивает эффективность занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении.

Система профилактической

работы по оздоровлению дошкольников.

1. *Дыхательная гимнастика*
2. *Снятие умственной усталости во время занятий (релаксационные паузы, физкультминутки, массаж ушных раковин)*

3.Прогулки

Закаливание:

- *Сон без маек*
- *Ходьба босиком*
- *Обширное умывание*
- *Рижский метод закаливания (топтание по коврику с шипами, по влажной салфетке, смоченной в солевом растворе + полоскание полости рта йодно-солевым раствором или травяными настоями).*

Мероприятия на период повышенной заболеваемости гриппа и ОРЗ

1. *Оксалиновая мазь.*
2. *Лук, чеснок.*

Особое внимание в режиме дня мы уделяем проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

Закаливание будет эффективным только тогда, когда оно обеспечивается в течении всего времени пребывания ребёнка в детском саду. Поэтому мы соблюдаем:

- *Чёткую организацию теплового и воздушного режима помещения*
- *Рациональную неперегревающую одежду детей*
- *Соблюдение режима прогулок во все времена года*
- *Занятия утренней гимнастикой и физкультурой.*

Профилактические упражнения

Подвижные игры на свежем воздухе

Закаливающие процедуры после сна

Утренняя гимнастика

Игровой массаж

Гимнастика пробуждения после сна

Советы родителям!

Дорогие взрослые! Вашему ребёнку как воздух необходим режим дня, разумно составленный, соответствующий возрастным особенностям. То, что ребёнок привыкает в одно и то же время есть, спать, активно действовать, создаёт благоприятные предпосылки для его всестороннего развития.

Режим дня должен быть достаточно гибким. В зависимости от условий (домашних, климатических, от времени года, индивидуальных особенностей ребёнка) он может меняться, но не более чем на 30 минут в ту или иную сторону.

После зарядки ребёнку необходимо принимать водные процедуры (закаляться водой). Начинать надо с самых простых процедур: умывания, обтирания, потом перейти к обливанию, к прохладному душу, а можно и к более сложным — купанию в бассейне или открытом водоёме.

Очень полезно совмещать закаливание воздухом и водой (непосредственно за воздушной ванной проводится водная процедура). В летнее время утренняя прогулка обязательно заканчивается умыванием с обтиранием, обливанием, душем или купанием. Снижать температуру воды надо постепенно — с учётом возраста вашего ребёнка, состояния его здоровья, характера процедуры. Проводить процедуры следует систематически, примерно в одни и те же часы, предварительно хорошо настроив ребёнка. В качестве местных закаливающих процедур используются: умывание, обтирание по пояс, мытьё рук и обливание, игры с водой, «топтание в тазу».

Недостаточная двигательная активность – гипокинезия – все больше «молодеет». Она отмечается не только у детей старшего возраста, но все чаще у младших школьников, дошкольников и даже у совсем маленьких детей. Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического воспитания детей, от уровня их двигательной подготовленности, индивидуальных особенностей, телосложения и функциональных возможностей растущего организма. Дети, систематически занимающиеся физкультурой, отличаются жизнерадостностью, бодростью духа и высокой работоспособностью. Физическая культура занимает ведущее место в воспитании детей и немалая роль в приобщении детей с раннего возраста к здоровому образу жизни ложится на плечи родителей.

Для снятия возбуждения перед сном, можно использовать аромалампу с маслом лаванды (2-3 капли). Посидеть на кровати рядом с ребенком; мягко, плавно погладить его по спине вдоль позвоночника, поцеловать, сказать, что завтра все будет хорошо, все у него получиться, что он умный и добрый. Следить, чтобы пробуждение ребенка было плавным (он должен полежать в кровати не менее 10 минут; ставить будильник в изголовье детской кроватки противопоказано). Проводить с ребенком водные гигиенические процедуры, а после проветривания комнаты - утреннюю гимнастику под музыку.

Перед завтраком дать ребенку выпить стакан фруктового или овощного сока. Использовать при приготовлении блюд продукты, богатые минералами и микроэлементами, белками, легкими углеводами, витаминами.

В период риска заболевания ОРВИ давать, в виде добавки к супам, чеснок и зеленый лук.

Обеспечивать ребенка одеждой из натуральных волокон, чтобы она способствовала полноценному кожному дыханию и правильному теплообмену.

Совместный активный досуг:

1. способствует укреплению семьи;

2. формирует у детей важнейшие нравственные качества;

3. развивает у детей любознательность;

4. приобщает детей к удивительному миру природы, воспитывая к ней бережное отношение;

5. расширяет кругозор ребенка;

6. формирует у ребенка первичные представления об истории родного края, традициях, культуре народа;

7. сближает всех членов семьи (дети живут одними задачами с родителями, чувствуют причастность к общему делу).

Наш вернисаж.

В январе в дошкольном учреждении реализовалась тема недели: «Здоровейка».

На занятиях с детьми по Лепке делали овощи и фрукты.

Дети средней группы лепили «Фрукты и овощи».

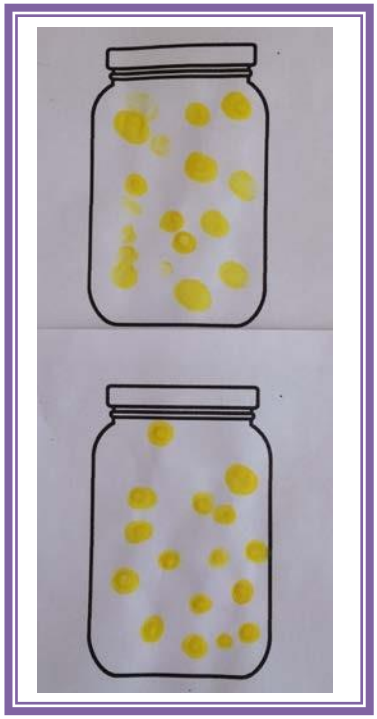
Дети подготовительной группы нарисовали «Лыжников».

Дети 2младшей группы нарисовали «Варежки».

Дети 1 младшей группы нарисовали «Витамины», и слепили «Яблочки»

Игры в сюжетно - ролевые игры, дидактические игры, рассматривали альбомы по теме, читали художественную литературу.

Лепка и рисование для детей является не только веселым и радостным впремяпровождением, но и способствует воспитанию в ребенке таких полезных качеств, как усидчивость, терпеливость и старательность.



Здоровые дети –
здоровое будущее!

Детям про Рождество!

Это интересная история, похожая на сказку. Если у вас есть возможность, прочитайте детям Детскую Библию. Она красочная, красивая. А если нет, давайте попробуем в доступной форме рассказать историю Рождества.

Ночь перед Рождеством волшебная. Можно посмотреть на небо и загадать желание, только оно должно обязательно быть добрым. Иисус Христос учил людей доброте. Как он родился? Слушай внимательно.

В небольшом городе Назарете жили муж и жена — Анна и Иоаким. Не было у них детей. Они молились , чтобы Господь послал им ребенка, обещав , что тот будет служить Богу. И у них родилась дочь Мария. Это была очень послушная, кроткая девочка, потстоянно молилась. Когда родители умерли, она осталась сиротой , воспитывалась потом в церкви.Когда Мария стала взрослой, ее хотели выдать замуж, но она дала обет служить Богу. Тогда священники ее отдали под покровительство дальнего родственника, старого Иосифа. Тот был вдовцом. Мария помогала ему по хозяйству, вела очень скромный образ жизни.

И вот однажды Марии явился Архангел и сказал ей, что к ней придет Дух святой и у нее родится ребенок-Сын Божий, который спасет мир от греха и зла.

Это история о матери Иисуса Христа-Марии.

Теперь слушай, что было дальше. Мария и Иосиф ждали рождения сына. В этот год император Август решил устроить перепись населения. Все должны были явиться в город, откуда были родом их предки. Мария и ее муж отправились в город Вифлеем. Шли они долго, когда пришли, мест для ночлега уже не было. А Марии пришел срок родить. Они нашли пещеру, в которой пастухи прятались от непогоды. В эту ночь Мария родила сына, завернула его в подол и положила в ясли, куда сыпали корм для животных. Неподалеку пастухи пасли овец и вдруг увидели яркий свет — к ним спустился Ангел и сказал: »Не бойтесь! Я пришел с доброй вестью. Бог послал своего сына на землю, чтобы спасти людей от грехов. Пойдите в Вифлеем, там вы его увидите. Он лежит в яслях.»Пастухи пошли в пещеру и увидели младенца.

Вторым знаком рождения Сына Божьего была звезда, которая появилась в небе и была самой яркой. Ее увидали волхвы — мудрецы. они догадались, что она возвещает о рождении Царя Иудейского. Звезда привела их в пещеру. Они увидели младенца и подарили ему свои подарки, назвав его царем неба и земли. Чтобы дети лучше ее поняли, можно посмотреть мультфильмы про Рождество, картинки им показать. Сводите детей на рождественские мероприятия, концерты. Дети должны понять одну мысль, что Рождество — это праздник доброты, помощи близким и сострадание.