



Газета МАДОО «Центр развития – детский сад № 92 «Ладушки» для чутких воспитателей и любящих родителей о воспитании здоровых и умных детей № 1 от 01.10.2017

### **Содержание:**

- 1. Родителям о воспитании детей - крупицы педагогической мудрости.**
- 2.Календарь событий.**
- 3.День знаний - история праздника.**
- 4.Советы психолога.**
- 5.Советы логопеда.**
- 6.Что такое учебные универсальные действия?**
- 7.Растем , играя...**
- 8 «В здоровом теле – теле здоровый дух».**
- 9.Музыкальная шкатулка.**
- 10.Медицинская страничка.**

# **Для Вас родители!**

## **Крупцы педагогической мудрости.**

- Научить человека быть счастливым — нельзя, но воспитать его так, чтобы он был счастливым, можно.

Макаренко А. С.

- Воспитывает все: люди, вещи, явления, но прежде всего и дольше всего — люди. Из них на первом месте — родители и педагоги.

Макаренко А. С.

- Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни. Малейшие изменения в тоне ребенок видит или чувствует, все повороты вашей мысли доходят до него невидимыми путями, вы их не замечаете.

Макаренко А. С.

- Главный смысл и цель семейной жизни — воспитание детей. Главная школа воспитания детей — это взаимоотношения мужа и жены, отца и матери.

Сухомлинский В. А.

- Многие беды имеют своими корнями как раз то, что человека с детства не учат управлять своими желаниями, не учат правильно относиться к понятиям можно, надо, нельзя.

Сухомлинский В. А.



# **Календарь событий.**

## **27 сентября - День дошкольного работника!**



Коллектив «МАДОО Центр развития ребенка – детский сад №92 «Ладушки»» занял 1 место в муниципальном конкурсе по подготовке к новому 2017-2018 учебному году.



# ДЕНЬ ЗНАНИЙ: ИСТОРИЯ ПРАЗДНИКА

Воспитатель – Шамсутдинова Разиля Тимергалиевна

Ежегодная традиция отмечать День знаний берет свои начала еще во времена правления Петра Первого. Естественно, в те времена, далеко не все учебные заведения придерживались графика. Имела место неорганизованность: учебный год в зависимости от региона мог начинаться с конца августа до начала октября. тридцатых годов двадцатого века не существовало точной даты, которая ознаменовала бы начало учебного года. Сначала правительство постановило сроком начала занятий месяц сентябрь, не уточняя конкретных чисел. знаменательной дате пришли лишь в 1935 специальным указом. А традиционное название "День знаний" пришло и того позже, только к концу 1980 года.

Со временем День знаний, как и любой государственный праздник, оброс огромным количеством своих традиций: праздничные линейки, открытые уроки, классные часы, посвященные лекциям о мужестве, пользе знаний и т.д. В конце августа нынешнего года правительство вдруг потребовало от школ провести в первый день учебы уроки, посвященные госбезопасности.

После того, как распался Советский Союз в ряде стран День знаний так и остался официальным государственным праздником. Его по-прежнему, как и в России, отмечают в Казахстане, Кыргызстане, Беларуси, Армении, Латвии и других странах, которые входили в состав СССР.

Первого сентября учебный год традиционно начинается в Бельгии, Ирландии, Польше, Словении, Венгрии и Македонии.

В **Израиле** начало занятий в школах, как правило, приходится на первое сентября, правда, иногда дата начала учебного года переносится, например, если первый день осени приходится на субботу или на национальные праздники.

В **Испании** первый учебный день - "плавающая" дата, и в разных провинциях страны он наступает в разное время. В целом, согласно закону, все ученики должны приступить к учебе не позднее 1 октября.

В **США** также нет точной даты начала учебного года. Он может начинаться в любой день августа либо в первых числах сентября. Этот вопрос решается на уровне каждого штата независимо от других.

Вот кто действительно отличился, так это **Австралия**. Здесь учебный год начинается после празднования Дня Австралии - главного национального праздника страны, который отмечается ежегодно 26 января. Впрочем, если 27 января выпадает на вторую половину недели, то школы сдвигают расписание начала занятий в сторону ближайшего понедельника.

Близкими по духу с Австралией оказались и новозеландцы. Для местных детишек занятия в школах начинаются 27 января, правда, иногда в частных школах по просьбе родителей начало учебного года может быть передвинуто на первые числа февраля.

В подавляющем большинстве азиатских стран начало занятий приходится на первое сентября, например, в Китае, Гонконге, Лаосе, Тайване и Монголии, а в Мьянме школы начинают работать во вторую среду сентября. Впрочем, во многих странах Азии начало учебного года приходится и на весну.

В частности, в **Японии** учебные заведения начинают работу с первого апреля, в **Таиланде** - в мае, после празднования тайского нового года (его дата определяется каждый раз индивидуально, но обычно он приходится на середину апреля), а на Филиппинах школьники отправляются за знаниями в первых числах июня.



времена

этого

До

К

году

# ПРИКОСНОВЕНИЕ К ДУШЕ



Педагог-психолог – Файзрахманова Эльвира

Абдурахмановна

**УВАЖАЕМЫЕ МАМЫ И ПАПЫ**

**БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ!**

С наступлением осени многие из Вас стали задумываться о том, насколько Ваш Ребенок готов к школе. Предлагаю небольшой тест, который вы можете провести самостоятельно и получить ответы на некоторые Ваши вопросы, а советы станут полезными и нужными для того, чтобы наши дети были готовы к школе.

## ТЕСТ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ И СОЦИАЛЬНУЮ ГОТОВНОСТЬ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ .

**Инструкция:** я зачитаю тебе несколько предложений. Если ты согласен, поставь + на листе бумаги.

1. Когда я пойду в школу, у меня появится много новых друзей.
2. Мне интересно, какие у меня будут уроки.
3. Думаю, что буду приглашать на день рождения весь свой класс.
4. Мне хочется, чтобы урок был дольше, чем перемена.
5. Когда пойду в школу, буду хорошо учиться.
6. Мне интересно, что в школе предлагают на завтрак.
7. Самое лучшее в школьной жизни - это каникулы.
8. Кажется, в школе намного интереснее, чем в саду.
9. Мне очень хочется в школу, т.к. мои друзья тоже идут в школу.
10. Если было бы можно, я бы еще в прошлом году пошел в школу.

Оценка результатов: 1. Если ребенок поставил не менее 8 плюсов, значит готовность к школе очень хорошая, молодцы!

2. От 4 до 8 плюсов, ребенок хочет в школу, но она привлекает его своими внеучебными сторонами. Если большее кол-во плюсов приходится на первые 5 пунктов, то ребенок мечтает о новых друзьях и играх, если же на пункты от 6 до 10 – представление о школе сформировано как положительное.

3. От 0 до 3х плюсов, у ребенка пока не сформирована позиция школьника, не стремится к обучению.

## ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩЕГО ПЕРВОКЛАССНИКА.

1. Начинайте «забывать» о том, что Ваш ребенок маленький. Дайте ему посильную работу в доме, определите круг обязанностей. Сделайте это мягко: «какой ты у нас уже большой, мы уже можем доверить тебе...»
2. Определите общие интересы. Это могут быть как познавательные (сказки, игры), так и жизненные интересы (обсуждение семейных проблем). Не отказывайте детям в общении, дефицит общения – один из самых главных пороков семейной педагогики.
3. Приобщайте ребенка к экономическим проблемам семьи. Приучайте его сравнивать цены, ориентироваться в семейном бюджете.
4. Не ругайтесь, а тем более не оскорбляйте ребёнка, особенно в присутствии посторонних.
5. Научите ребёнка делиться своими проблемами. Обсуждайте с ним конфликтные ситуации. Постарайтесь разобраться объективно: не считайте всегда правым своего ребёнка и неправым другого или наоборот.
6. Чаще разговаривайте с ребенком. Слушайте внимательно, задавайте вопросы, чтобы ребенок чувствовал, что вам это действительно интересно.
7. Отвечайте на вопросы, интересующие Вашего ребенка.
8. Постарайтесь хоть иногда смотреть на мир глазами вашего ребенка.
9. Чаще хвалите вашего ребенка. Хвалите словом, улыбкой, а не отдельывайтесь такого рода поощрениями, как покупка новой игрушки, сладостей или денежных вознаграждений.
10. Не стройте ваши взаимоотношения с ребенком на запретах. Всегда объясняйте причины, обоснованность ваших требований, предложите альтернативный вариант.

# **СОВЕТЫ ЛОГОПЕДА РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ.**

Учитель-логопед – Филиппова Светлана Михайловна



Правильная речь является важнейшим условием для успешного обучения ребенка в школе. Чем лучше развита у ребенка устная речь, тем легче ему будет овладеть чтением и письмом.

У многих детей нередко наблюдается нерезко выраженное отставание в речевом развитии, которое в дошкольном возрасте обычно не привлекает к себе особого внимания, но в дальнейшем оно может помешать хорошей учебе и привести к появлению специфических ошибок, например на уроках русского языка. Поэтому очень важно выявить даже самые незначительные отклонения в речевом развитии малыша и исправить их до начала его обучения грамоте.

**Родителям следует обратить внимание на следующее:**

**1. Состояние звукопроизношения.**

Ребенок к шести годам должен четко произносить все звуки.

**2. Состояние фонематических процессов.**

Этот раздел подразумевает умение ребенка подбирать слова с определенным звуком, владение навыками элементарного звукового анализа и синтеза (определение первого и последнего звуков в слове, умение из звуков составить слово, посчитать количество звуков), умение различать и повторять сочетания типа: ба-па-ба, та-ца-та, вы-вы-фы и др.

**3. Состояние грамматического строя.**

Следует обратить внимание на словообразование (дождь - дождик), словоизменение (стул - стулья), согласование (желтый мяч), управление (вышел из дома, рассказал о друге).

#### **4. Состояние слоговой структуры слова.**

Шестилетний ребенок умеет безошибочно произносить слова типа: велосипедист, экскурсовод и т.п.

#### **5. Состояние словарного запаса**

В

словаре

6-7-

летнего ребёнка должно быть около 2000 слов, причём среди них представлены все части речи. Если вы хотите, чтобы речь вашего ребёнка отвечала возрастной норме, а словарь был достаточно богатым, старайтесь, во-первых, сами говорить правильно, во-вторых, больше времени находить для общения с ребёнком, а в-третьих, заниматься с ним.

#### **6. Состояние связной речи**

Учите детей отвечать полными предложениями на вопросы, предложите сочинить сказку, продолжить предложение, описать то, что происходит на улице, картине, пересказать сказку, рассказ и т. д.

Когда ребенок освоит пересказ сказок, можно переходить к более сложным текстам

А также:

**Развитие мелкой моторики**  
- Часто обучение письму вызывает у детей наибольшие трудности, проблемы. Для того чтобы избежать проблем, нужно решить вопрос с готовностью к письму непосредственно руками. Лепка из пластилина замечательно воздействует на мелкую моторику. Такие упражнения, как засёгивать и расстёгивать пуговицы, пришивать их, пытаться оторвать (но только без ущерба для одежды, на специальном материале). Полезно развязывание узелков на шнурках, раскрашивание, рисование (фломастеры не рекомендуются), графические упражнения (штриховка), нанизывание бус, бисероплетение, собирание пазлов, мозаики.

**Состояние пространственных функций** (умение определять «право – лево» в различных условиях, положениях тела, умение узнавать предметы, буквы в разных положениях).

**Коммуникативные функции** (общение с детьми, взрослыми, умение слушать, запоминать и выполнять инструкции).

**Состояние игровой деятельности** (умение играть самостоятельно, в группах, развитие сюжетной игры, умение придумывать и принимать правила).

**Мотивация** (наличие желания учиться, узнавать новое).

**Развитие элементарных математических навыков** (счет в пределах 10, решение элементарных задач).

**Развитие процессов внимания, памяти** (например, запоминание 7-8 слов, предметов).

**Развитие мышления** (обобщение «назови одним словом», классификация «распределите на группы», выделение лишнего с объяснением).

**Если ребенок читает:**

Чтение должно быть плавное, послоговое, ребенок понимает прочитанное.

Письмо печатными буквами, нет зеркально написанных букв.

Надеюсь, что все перечисленное выше

у вашего ребенка на «5+»

Если имеются проблемы – не огорчайтесь, есть специалисты, которые помогут Вам и вашему ребенку, главное - своевременное выявление нарушений и раннее начало коррекционных мероприятий.

В случае если речь школьника недостаточно развита, появляются проблемы в обучении ребенка письму и чтению (дисграфия – нарушение процесса письма и дислексия – нарушение процесса чтения).

В группу риска попадают следующие учащиеся:

- Если ребенок левша.
- Если он – переученный правша.
- Если ваш ребенок посещал логопедическую группу.
- Если в семье говорят на двух и более языках.
- Если ребенок слишком рано пошел в школу.
- Если у ребенка есть проблемы с памятью, вниманием.
- Если нарушено звукопроизношение (возможны ошибки на письме: ребенок пишет то, что говорит).
- Если нарушено фонематическое восприятие (ребенок не может правильно повторить слоги, набор звуков).

*У детей, владеющих навыком письма и чтения, особое внимание необходимо обратить на характер ошибок, логопедическими ошибками считаются:*

- Смешение букв по оптическому сходству (т-п, а-о).
- Пропуски букв, слогов.
- Недописывание, наращивание слов.

Известно, что основное развитие речи происходит до 5 лет. После 5 лет происходит совершенствование речевых функций. Исходя из опыта ведущих педагогов, родителям будущих первоклассников можно рекомендации:

- Развивайте общую и мелкую моторику ребенка: больше рисуйте, раскрашивайте, лепите из пластилина, собирайте бусы.
- Работайте над развитием познавательных способностей ребенка: разучивайте стихи, придумывайте рассказы.
- Дома чаще играйте с детьми в дочки-матери, магазин, больницу, парикмахерскую, стройку и т.п., это лучший способ научить малыша организации своей деятельности и умению действовать по инструкции.
- Будьте последовательны в своих требованиях. С пониманием отнеситесь к тому, что многое не будет получаться сразу.

Если ваш ребенок испытывает трудности в овладении письмом, ни в коем случае не ругайте его за множество ошибок, не упрекайте в лени и невнимательности. Это было бы равноценно, например, обвинению ребенка, страдающего церебральным параличом, в неуклюжести и неловкости. Если малыш уже претерпел школьные неудачи – двойки по русскому языку, жесткие требования учителя, насмешки одноклассников и у него сформировался устойчивый страх перед письмом, то преодоление этой проблемы потребует от вас особенно бережного внимания и кропотливого труда. Создайте дома щадящие условия – никакого постоянно работающего телевизора или громко играющего магнитофона. Навязчивый звуковой фон в квартире приучает ребенка отключать слуховое восприятие, не реагировать на звуки, рассеивает слуховое внимание, которое так важно формировать у школьника с нарушениями письма. Просмотр телепередач ребенком следует исключить полностью, лучше заменить их

дисками, которые вы можете предварительно просмотреть сами и убедиться, что в их содержании нет ничего невротизирующего, возбуждающего, не соответствующего возрасту. Итак, родителям необходимо помнить, что развивая речь ребенка, мы закладываем основу для формирования высших психических функций (воображения, памяти, мышления), и, следовательно, для успешного обучения ребенка в школе.

Самое главное, что вы должны оставаться для вашего ребёнка любящим и понимающим родителем и не берите на себя роль учителя.

ДАЧА

# РОДИТЕЛЯМ СЛЕДУЕТ ЗНАТЬ

Воспитатель – Гайнанова Руфия Равилевна

## Что такое универсальные учебные действия?

Поступление в школу – это начало большого пути ребенка, переход на следующий возрастной этап жизни. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет образ жизни ребенка, а иногда и всей семьи. Обучение в школе требует от ребенка готовности к новому виду деятельности – учебному.

Умение учиться – это желание и умение самостоятельно осуществлять учебную деятельность. Учебная деятельность должна увлекать младших школьников, приносить радость, давать удовлетворение. Поэтому важно воспитывать у дошкольников познавательные интересы, так как именно они активизируют способности детей. Развитие познавательной деятельности дошкольников – один из основных аспектов готовности детей к школе.

### Познавательная деятельность способствует:

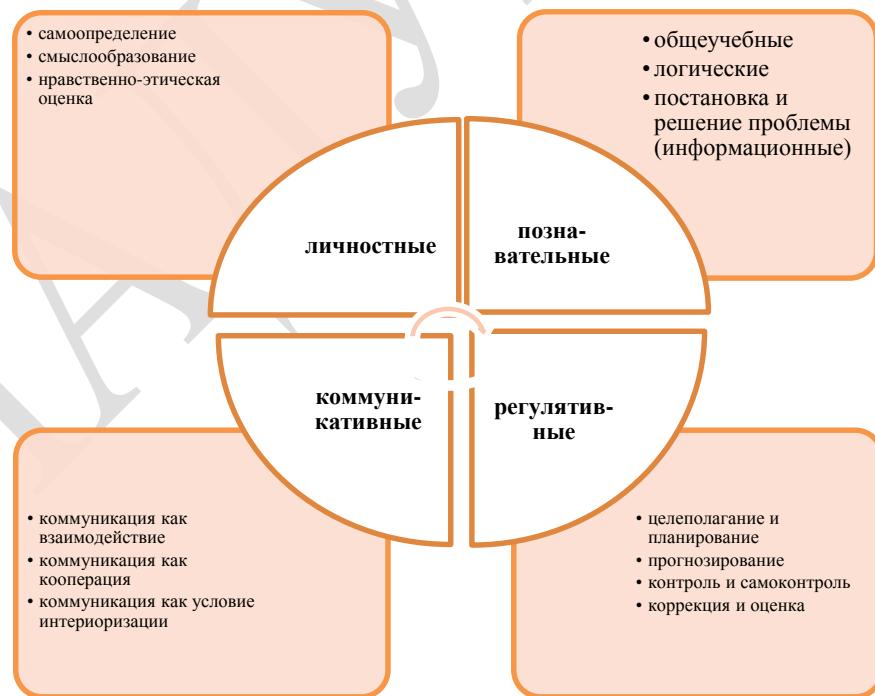
- формированию умственных, эмоциональных и волевых качеств личности, ее способности и характер;
- развитию психических процессов: произвольное внимание и восприятие, мышление, память, воображение, речь;
- приобретению жизненного опыта и познанию окружающей действительности;
- усвоению знаний, выработке умений и навыков, благодаря чему развивается и сама личность ребенка.

Воспитание познавательных интересов — важнейшая составная часть воспитания личности ребенка, его духовного мира. И от того, насколько правильно решен этот вопрос, во многом зависит успешность организации учебной деятельности детей.

Что же такое универсальные учебные действия?

**Универсальные учебные действия (УУД)** – это способность ребенка к саморазвитию путем активного усвоения и получения знаний через практическую деятельность, через «умение учиться».

В дошкольном возрасте различают **4 блока УУД**:



### Виды заданий для формирования универсальных учебных действий (УУД)

Для формирования предпосылок **личностных УУД** используются следующие задания:

- участие в обсуждениях, рассуждениях, спорах – во время обсуждений, рассуждений и споров дети учатся аргументировать и отстаивать свою точку зрения;

- ⊕ **подведение промежуточных итогов и итогов занятия** – во время подведения итогов у детей происходит осмысление полученных знаний и опыта;
- ⊕ **творческие задания** – повышают интерес к процессу познания, изучения нового материала;
- ⊕ **самооценка** – детям предлагается оценить свою работу, свои достижения на занятии, а также может быть предложено, оценить работу других детей;
- ⊕ **дневники достижений** – ведут с целью повышения своей эффективности и самооценки. Можно предложить детям приклеивать в дневник наклейки за определенное достижение, даже за самое маленькое.

Для формирования предпосылок **познавательных логических УУД** целесообразно использование следующие задания:



- ⊕ **классификация** – детям предлагается распределить какие-то объекты по группам;
- ⊕ **анализ** – предлагается выделить, расчленить объект на составляющие его элементы;
- ⊕ **синтез** – объединение отдельных компонентов в целое;
- ⊕ **сравнение** – детям предлагается найти и выделить черты сходства и различия в предметах;
- ⊕ **обобщение** – выделение общих существенных свойств в сравниваемых объектах;
- ⊕ **серияция** – установление последовательных взаимосвязей, выстраивание объектов в определенном порядке;
- ⊕ **сернация** – построение упорядоченных возрастающих или убывающих рядов.
- ⊕ **исключение лишнего** – нахождение «лишнего» предмета и объяснение, почему этот предмет является лишним.
- ⊕ **подбор подходящего предмета** – необходимо подобрать к предложенным предметам, подходящий по смыслу предмет;
- ⊕ **прохождение лабиринтов** – детям предлагается пройти по лабиринту от начала до конца;
- ⊕ **работа с разного вида таблицами** – детям предлагаются игры и упражнения типа «Чего не хватает в таблице?», «Заполни таблицу», «Что изменилось в таблице» и т.п.;
- ⊕ **знаки и символы** – умение работать со знаками и символами;
- ⊕ **работа со схемами** – составление схем-опор;
- ⊕ **решение логических задач** – решение различных логических задач, в том числе и задачи с отрицанием;
- ⊕ **установление причинно-следственных связей** – «что сначала, что потом».

Для формирования предпосылок **регулятивных УУД** возможны следующие виды заданий:

- ⊕ **«преднамеренные ошибки»** – детям предлагаются задания с заранее обдуманными ошибками, которые они должны найти, назвать и обосновать;
- ⊕ **поиск нужного материала (картинок)** – требуется найти среди предложенных картинок, картинки по заданной теме;
- ⊕ **взаимоконтроль** – детям предлагается проверить правильность выполнения того или иного задания;
- ⊕ **взаимный диктант (задание)** – работа проводится в парах, детям предлагается придумать задание из предложенного материала по теме для своего напарника и проверить правильность выполнения этого задания;
- ⊕ **заучивание материала наизусть** – предлагается выучить стихотворение, потешку, скороговорку, и др. наизусть;
- ⊕ **«ищу ошибки»** – могут быть предложены задания, где надо найти ошибки, например в словах, или отыскать неправильно написанные буквы;
- ⊕ **контрольный опрос** – может использоваться как в конце занятия, так и во время занятия, с целью осуществления контроля по пониманию темы. Можно предложить детям самостоятельно придумать вопросы по теме для других детей.

Для формирования предпосылок **коммуникативных УУД** можно предложить следующие виды заданий:

- ⊕ **«составь рассказ», «опиши предмет»** – детям предлагается составить рассказ или описать предмет с опорой на картинку или без нее;

- ⊕ **составление диалога (работа в парах)** – можно разыграть ситуацию в парах, используя диалоговую речь.
- ⊕ **«составь задание»** – дети составляют задание друг для друга;
- ⊕ **«выскажи свое мнение о...»** – детям предлагается высказать свое мнение, например о поведении детей на картинке (хорошо, плохо), о предметах (красиво, не красиво);
- ⊕ **обсуждение, рассуждение, спор** – предлагается обсудить определенные вопросы по теме, выразить мнение, и доказать свою точку зрения;
- ⊕ **групповая работа** – любая совместная групповая работа формирует коммуникативные действия;
- ⊕ **«объясни...»** – можно объяснять выполнение своих действий, или прокомментировать картинку.
- ⊕ **«ответь на вопросы»** – детям предлагается ответить на вопросы педагога или группы по изучаемой теме или по определенному заданию.

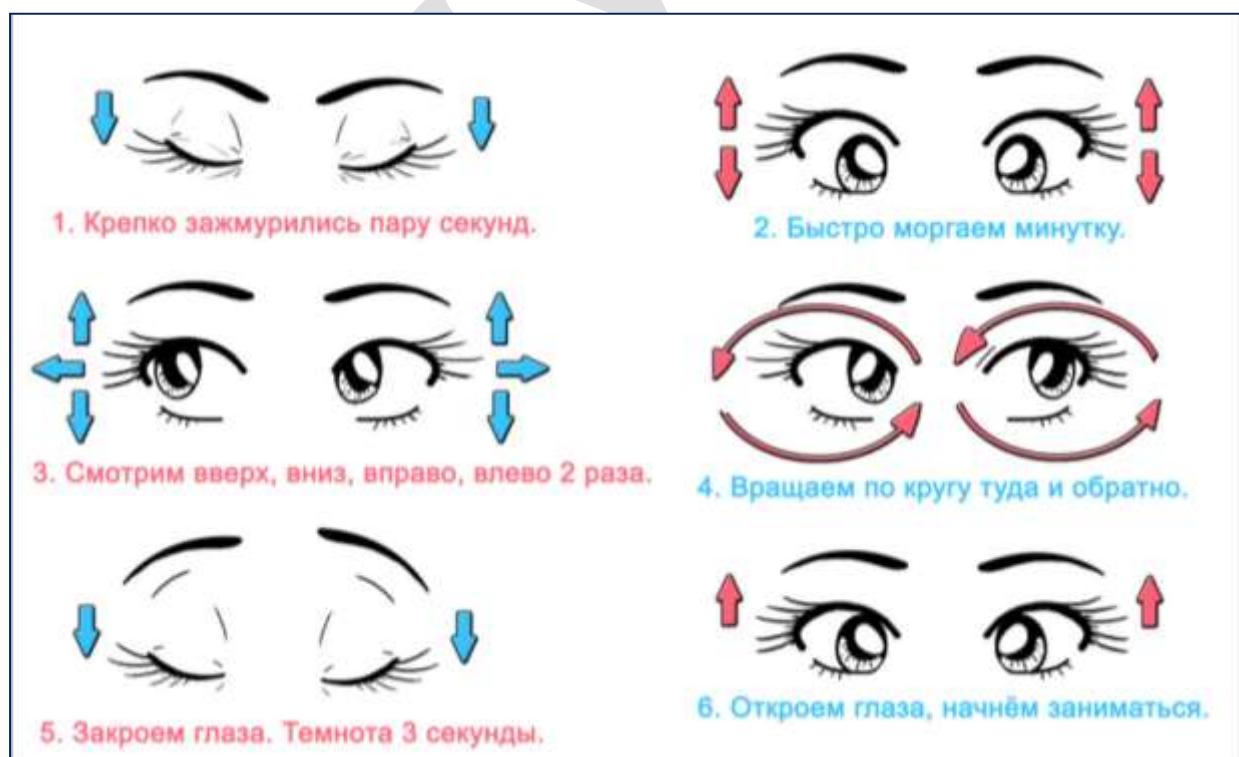


своё

## МЫ НЕМНОГО ОТДОХНЕМ...

### Гимнастика для глаз.

Польза данных упражнений гимнастики для глаз для детей будет ощутима только при систематическом их выполнении, то есть через 20 минут для детей 3-5 лет и через 30 минут для детей 6-9 лет ежедневно.



# РАСПЁМ, ИГРАЯ...

## Кто живёт на юге

Впиши в кроссворд названия животных.  
Расскажи, какие животные живут на севере?

Прочитай по первым буквам



Помоги пожарнику потушить огонь в доме



# **В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ - ЗДОРОВЫЙ ДУХ**



**Инструктор по физической культуре – Манова Роза Арсентьевна.**

Здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, дарований, природных способностей.

Цель физической культуры – положительное воздействие на жизненно важные функции организма человека. Дошкольный возраст считается наиболее важным для физического, психического и умственного развития ребенка. В этот период закладываются основы его здоровья. Поэтому основная задача физкультурно-оздоровительной работы заключается в том, чтобы способствовать укреплению здоровья, совершенствованию физического развития дошкольника.

Физкультурно-оздоровительной работе в нашем детском саду сейчас уделяется повышенное внимание, потому что значительная часть детей имеет проблемы со здоровьем, а очень многих малышей можно отнести к категории часто болеющих. Как известно, регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. Кроме того, дети, в отличие от взрослых, очень подвижны и активны, поэтому им просто необходимо периодически «выпускать пар», а для этой цели, как и для совершенствования координации движений, физкультура подходит, как ничто другое.

Формы физкультурно-оздоровительной работы:

- физкультурные занятия + занятия с использованием тренажеров; утренняя гимнастика;
- физкультминутки; гимнастика пробуждения после дневного сна;
- самостоятельная двигательная деятельность детей в группе;
- организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке;
- физкультурные досуги, развлечения, праздники, недели Здоровья; праздники совместно с родителями.

Занятия по физкультуре проводятся 3 раза в неделю. Их продолжительность зависит от возраста детей и составляет: в младшей группе – 15 минут; в средней группе – 20 минут; в старшей группе – 25 минут; в подготовительной группе -30 минут.

Физкультура может проводиться как с музыкальным сопровождением, так и без него.

На занятиях по физкультуре детей в игровой форме учат прыгать в длину, в высоту, запрыгивать на «ступеньку», прыгать на одной и на двух ногах, бегать, приседать, ходить паровозиком, ползать, лазать по шведской стенке, ловить и кидать в цель мячи. Помимо этого изучаются разные виды ходьбы и бега (ребенок учится ходить, «как мишка косолапый», «как лисичка» - опираться на разные части стопы, прыгать «как зайчик-попрыгайчик», высоко поднимать колени , выполнять подскоки). В старших группах для детей проводятся эстафеты с преодолением препятствий (подлезть под перекладину, перепрыгнуть через барьер, пробежать змейкой).

У ребенка обязательно должна быть **специальная форма для занятий физкультурой** – это, в первую очередь, вопрос гигиены, а также дисциплины. Наличие спортивной формы одного направления вырабатывает у малышей командный дух при проведении эстафет и спортивных праздников. Физическое развитие детей нужно продолжать и за пределами детского сада. Утренняя гимнастика по выходным дома и подвижные игры на прогулке, безусловно, пойдут на пользу любому ребенку. Естественно, не каждый из малышей станет чемпионом, но каждый обязательно должен вырасти крепким и здоровым. Так пусть дети будут здоровыми и счастливыми. А это значит, что здоровыми и счастливыми будем мы все!

# МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКАПУЛКА



Музыкальный руководитель –Холина Галина Александровна.

## Зачем нужны чешки?

Этот вопрос очень часто волнует родителей маленьких детей. Не вредна ли эта обувь для неокрепших ножек малыша с ортопедической точки зрения? Для любых случаев жизни, обувь, прежде всего, должна быть удобной и музыкальные занятия в детском саду не исключение из этого правила. Ни одно красивое движение или просто шаг не удастся сделать без подходящей для этого обуви, занятия вместо удовольствия будут вызывать отрицательные эмоции и портить настроение вашему малышу. Чешки — специальная обувь для музыкально - ритмических занятий и танцев. У них легкая, гибкая подошва, которая не скользит и позволяет детям безопасно бегать, прыгать, выполнять танцевальные движения. Что не мало важно, материал из которого шьют чешки — натуральная кожа, поэтому ножка вашего ребенка не будет потеть. Одно из свойств кожи — растяжение, поэтому со временем, чешка приобретет индивидуальные особенности стопы вашего ребенка и будет сидеть максимально комфортно. Эта обувь позволяет защитить ногу вашего ребенка от возможных механических повреждений и в то же время не затрудняет движение, полностью раскрепощает стопу, позволяет правильно выполнять задаваемые упражнения.

Никто не спорит, что ребенку необходимо правильное формирование стопы и для этого носят обувь с четко фиксированной пяткой и подошвой, но на музыкальных занятиях дети выполняют различные движения, где им нужна гибкая стопа. В обуви с супинаторами, толстой подошвой, фиксированной колодкой дети будут неестественно выворачивать ноги. От этого в первую очередь будет страдать позвоночник и что самое неприятное - возможны травмы. С медицинской точки зрения, ношение чешек на время музыкальных занятий вреда здоровью ваших детей нанести не может.

*Использование чешек на музыкальных занятиях и во время праздников помогает детям двигаться легко и безопасно в соответствии с инструкцией по охране жизни и здоровья детей.* Некоторые родители сомневаются, что чешки будут плохо сочетаться с красивым, праздничным платьем.

## Несколько советов, как ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ ЧЕШКИ.

**Совет 1.** Нужно внимательно осмотреть внешний вид чешек, заглянуть внутрь и проверить крепость швов. На чешках не должно быть никаких лишних строчек и уплотнений. Особое внимание стоит уделять стельке, она должна быть мягкой, что позволит детям удобно ходить в чешках.

**Совет 2.** Обязательно примеряйте чешки на обе ножки вашего ребенка, не делайте эту покупку «за глаза». Ножка в чешке должна лежать достаточно свободно не сжимая стопу в пальцах. Задник чешек должен быть цельным без вырезов.

**Совет 3.** Дайте Вашему ребенку походить в чешках. Ни в коем случае чешки не должны спадать с ножки, и ребенок не должен почувствовать дискомфорт.

**Совет 4.** Если вы хотите приобрести чешки «на вырост», то рекомендуется покупать чешки с запасом не больше чем 0.3- 0.5 см. В этом случае вам понадобиться дополнительное крепление - «резиночка», которая будет фиксировать стопу вашего ребенка и не даст чешке упасть с ножки.

**Желаю вашим детям достичь больших успехов в постижении танцевальных движений и танцев, получая от этого только положительные эмоции.**

# МЕДИЦИНСКАЯ СТРАНИЧКА

Старшая медицинская сестра -Файзуллина Светлана Людvigovna.

## Грипп и его профилактика



**Грипп** – это острое инфекционное заболевание, передающееся воздушно-капельным путем и поражающее верхние дыхательные пути. По своей социальной значимости грипп находится на первом месте среди всех болезней человека. Грипп становится причиной 3-5 миллионов случаев тяжелых заболеваний и 250-500 тысяч случаев смерти по всему миру.

Среднетяжелые и тяжелые формы гриппа могут являться причиной серьёзных осложнений – пневмоний, абсцессов легких, миокардитов, энцефалитов, менингитов, поражений печени и др. При тяжелой форме гриппа и осложнениях возможны случаи летального исхода.

Наиболее эффективной мерой профилактики

является **вакцинация**. Следует помнить, что для выработки иммунного ответа после прививки необходимо 3-4 недели. Причем, прививка защищает только от заболевания гриппом.

**Что Вы можете сделать для своей защиты от заражения гриппом?** Основной путь передачи вируса гриппа - через капли, выделяемые при разговоре, чихании или кашле. Вы можете защититься от инфицирования, если будете избегать тесных контактов с людьми с гриппоподобными симптомами (стараясь, по возможности, держаться от них на расстоянии примерно 1 метр) и принимать следующие меры:

- избегать прикосновений к своему рту и носу;
- регулярно и тщательно мыть руки с мылом или протирать их спиртосодержащим средством для обработки рук (особенно, если вы прикасаетесь ко рту и носу или к потенциально зараженным поверхностям);
- избегать тесных контактов с людьми, которые могут быть больными;
- по возможности, сократить время пребывания в местах скопления людей;
- регулярно проветривать помещения вашего жилого дома или квартиры путем открывания окон;
- вести здоровый образ жизни, в том числе спать достаточное количество времени, правильно питаться и сохранять физическую активность.

**Что можно сказать об использовании масок?** Если вы ухаживаете за больным человеком, вы можете надевать маску при близких контактах с ним. После таких контактов необходимо незамедлительно утилизировать маску и затем тщательно вымыть руки. Если вы больны и должны отправиться в поездку или находиться поблизости от других людей, прикройте свой рот и нос. Правильное использование маски во всех ситуациях крайне важно, так как неправильное использование масок действительно приводит к резкому повышению вероятности распространения инфекции.

Правила использования медицинских масок:

- надевайте маску так, чтобы она закрывала рот и нос, и крепко завязывайте ее с тем, чтобы щелей между лицом и маской было, как можно меньше;
- при использовании маски старайтесь не прикасаться к ней;
- прикоснувшись к использованной маске, например при снятии или умывании, вымойте руки водой с мылом или с использованием средства для дезинфекции рук на спиртовой основе;
- как только используемая маска становится сырой (влажной), ее необходимо заменить на новую маску;
- не следует повторно использовать маски, предназначенные для одноразового использования. Использованную маску необходимо выбросить сразу после снятия.

**Как узнать, что у Вас грипп?**

Симптомы сезонного гриппа включают повышенную температуру, головную боль, мышечные боли, боль в горле и насморк. Но только Ваш врач может подтвердить случай заболевания гриппом.