

# РОСИНКА

Выпуск № 1  
Декабрь-Февраль  
2017-18г.

Газета МБДОУ детского сада № 59 г. Пензы «Росинка»

## Читайте в номере:

Новости детского сада, стр.2-3

«Пальчиковая гимнастика», стр. 4-5

«Сказки для языка» (продолжение статьи)  
стр.6-7

«Учите детей любить книгу» (продолжение  
статьи) стр.8-9

«Мёд спешит на помощь» стр.10-11

«Если хочешь быть здоровым - пей» стр.12

«Что говорят дети?» стр.13

«Задания от Росинки» стр.14-15

## От редакции

Мы рады приветствовать вас, уважаемые  
читатели!



Наступило одно из самых любимых детворой время года. Ведь именно зимой все дети с нетерпением ждут самого сказочного праздника – **Нового года**, именно зимой можно играть в снежки, кататься на санках, лыжах и коньках. Наша редакция в свою очередь предлагает вашему вниманию ряд интересных и полезных статей для вас и ваших детей. В этом выпуске вы узнаете: чем полезно пение для здоровья, о полезных свойствах мёда, познакомитесь с пальчиковой гимнастикой для детей. А рубрика Задания от «Росинки» снова порадует детей занимательными и интересными заданиями.

С уважением, редакция газеты.



*Весёлая эстафета в ФОКе «Олимп»*

5 января традиционно команда воспитанников детского сада принимала участие в спортивных соревнованиях «Весёлая эстафета» среди детских садов микрорайона, которые проходили в ФОКе «Олимп». Наша команда «Росинка» показала свою силу, ловкость, быстроту и уверенно выполнила все этапы спортивной эстафеты. В конце эстафеты всех ребят ждали подарки.

*Практический семинар для слушателей курсов повышения квалификации педагогов*

28 февраля 2018 года в детском саду прошёл практический семинар для слушателей курсов повышения квалификации ГАОУ ДПО «Институт регионального развития Пензенской области». Открытые показы проводились для воспитателей ДОУ города Пензы и Пензенской области. Слушателями курсов были отмечены положительные результаты работы всего педагогического коллектива детского сада по различным направлениям развития дошкольников.

*Экологическая акция «Трудно птицам зимовать – надо птицам помогать!»*

В рамках реализации плана работы, посвященного году Экологии в России, в нашем ДОУ стартовала акция «Трудно птицам зимовать – надо птицам помогать».

**Цель акции** – привлечь внимание детей и взрослых к зимующим птицам, чтобы облегчить для них период зимовки, а также повысить уровень экологической активности населения. Зима для птиц – самое трудное время года: много пернатых погибает от холода и голода. Птицы прилетают к нашим жилищам за помощью, и мы должны помочь пережить зиму пернатым друзьям. Такая работа способствует развитию познавательной активности, нравственного самосознания ребёнка средствами экологического образования, и

являются прекрасной возможностью проявить сочувствие и доброту. А привлечение родителей способствует укреплению внутрисемейных связей, формированию добрых семейных традиций, вызывает у детей чувство гордости за себя и свою семью.

*Мероприятия, посвящённые Дню защитника Отечества*

22 февраля в детском саду прошли мероприятия, посвящённые Дню Защитника Отечества. Для ребят средних групп было организовано спортивное мероприятие. Участвуя в спортивных эстафетах, ребята проявили свою ловкость, смекалку, быстроту и внимательность. Ребята старших и подготовительных групп подготовили для своих пап и дедушек праздничный концерт, который так же сопровождался эстафетами и спортивными играми. Папы с удовольствием принимали участие в играх и эстафетах вместе с детьми. Атмосфера на концерте была торжественная и в то же время теплая и уютная.

*Широкая Масленица*

16 февраля в нашем детском саду прошла Масленица. Весёлая, разгульная, с играми и песнями. Ребята вместе с весёлыми скоморохами, Хозяюшкой и Зимой провожали зиму и весну кликали. Хозяюшка - ведущая праздника, рассказала детям о том, как в старину отмечали Масленицу, о традициях и масленичных обрядах. А озорные скоморохи развлекали детей играми и шутками. Праздник закончился весёлым хороводом, вокруг чучела Масленицы.



*Новогодние утренники*

Традиционно в нашем детском саду прошли новогодние утренники с 27 по 29 декабря. Всех детишек и гостей в музыкальном зале встречала красавица – ёлка в блеске разноцветных огней и шаров. К малышам в гости приходила Снегурочка, приносила забавные игрушки, с которыми они танцевали и играли в игры. Дети старшего возраста отправились вместе с мамами и папами в страну «Мульты-Пультию», где их встречали герои известных и всеми любимых мультфильмов и сказок: «Ну, погоди», «Бременские музыканты», «Приключения Буратино», «Красная шапочка» и т.д. Путешественники столкнулись с проказницей вороной и серым волком, которым тоже хотелось побывать на их празднике. Дети подготовительных групп вместе с воспитателями и зрителями попали во владения самой госпожи Метелицы. Конечно же, самым долгожданным гостем на этих праздниках был Дед Мороз. Он порадовал детишек веселыми играми, сладкими подарками, и каждый загадал ему свое заветное новогоднее желание.

*Музыкально-танцевальная сказка  
«Приключения снежинки»*

В преддверие новогодних праздников 22 декабря в музыкальном зале состоялась премьера музыкально-танцевальной сказки «Приключения снежинки». В ней принимали участие воспитанники старших групп, посещающие танцевальный кружок «Звёздочка» уже третий год. Сказка была насыщена разнообразной музыкой и танцевальными номерами. Дети примерили на себя образы: деловитых домовят, мышек-плутишек, забавных снеговиков и игрушек. Проживая эту историю на сцене, юные артисты получили массу приятных эмоций и впечатлений, тем более, что

такой опыт выступления был для них впервые. Каждый выход героев на сцену зрители встречали приветливыми улыбками и громкими аплодисментами. Сказка погрузила взрослых и детей в приятную атмосферу наступающего праздника.

*Безопасность дорожного движения*

В рамках месячника безопасности в детском саду проведены мероприятия по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма. Педагогами ДОУ проведены беседы, тематические игры-занятия с детьми о соблюдении правил дорожного движения, организованы выставки рисунков, сделаны макеты улиц города, которые позволяют детям в процессе игр моделировать различные ситуации на дороге и закреплять полученные знания. На стендах в родительских уголках размещена информация и проведены беседы, консультации об использовании ремней безопасности и удерживающих устройств, при перевозке детей в личном автомобиле и об светоотражающих элементах на одежде детей.

*Итогом мероприятия месячника  
безопасности стало развлечение «Баба Яга и  
светофор».*

В мероприятии принимали участие дети старшего возраста. Дети читали стихи про дорожное движение и знаки, пели песни про светофор, играли в веселые игры, собирали дорожные знаки, соревновались.

*Участие в областной итоговой научно-  
практической конференции по реализации  
регионального проекта «Здоровый дошкольник»*

19 декабря 2017 года в Институте регионального развития Пензенской области состоялась областная научно-практическая конференция по реализации регионального проекта «Здоровый дошкольник». На итоговой конференции были представлены результаты деятельности дошкольных образовательных организаций Пензенской области по физическому развитию дошкольников и приобщению их к ЗОЖ. В конференции приняла участие музыкальный руководитель Дмитриева Дарья Викторовна с опытом работы по реализации модуля «Танцующий детский сад». Она показала мастер-класс по теме «Использование метода моделирования в процессе работы над танцем.

## «Пальчиковая гимнастика»

Известно, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. На основе обследования детей была выявлена следующая закономерность:

- если развитие движений пальцев рук соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы;
- если развитие движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие, хотя общая моторика при этом может быть нормальной и даже выше нормы. Умелыми пальчики становятся не сразу.

### *Пальчиковые и «ладонные» игры необходимы детям с самого раннего возраста.*

Они становятся и мощным стимулом для развития речи, и одним из вариантов радостного, теплого, телесного контакта с мамой, так необходимого малышу для его эмоционального развития. Выполняя пальчиками различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, что в дальнейшем облегчит приобретение навыков письма.

### *Гимнастика для пальцев рук делится на пассивную и активную*

**Пассивная гимнастика** рекомендуется как предварительный этап перед активной гимнастикой детям с низким уровнем развития мелкой моторики. Затем следует перейти к упражнениям активной пальцевой гимнастики. *Все упражнения проводятся в игровой форме.* Сложность их должна выбираться вами в

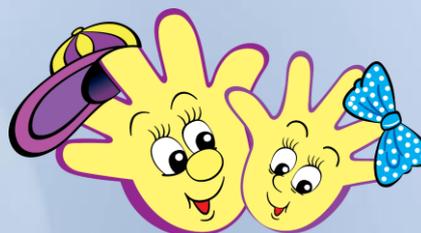
зависимости от уровня развития тонкой моторики рук вашего ребенка

### *Пассивная гимнастика для пальцев рук.*

- Массаж кистей рук. Целесообразно использовать следующие приемы: поглаживание, легкое растирание, вибрацию. Массажные движения выполняются в направлении от кончиков пальцев до запястья.
- При растирании применяется большая сила давления, рука как бы сдвигает кожу. Но растирание не должно приносить ребенку дискомфорт, в нашем случае оно должно быть легким.
- При вибрации кончики полусогнутых пальцев наносят следующие один за другим удары (легко). Массаж лучше выполнять одной рукой, другая в это время фиксирует ручку ребенка и т.д. Пусть малыш катает деревянные или пластилиновые шарики, перекладывает бусины из одной руки в другую, разрывает бумагу.

### *Ребенку давайте более сложные задания.*

Пусть ребёнок сам застегивает пуговицы, завязывает и развязывает шнурки и узелки. Кстати, наглядные пособия для этого вы можете приобрести в магазинах или изготовить самостоятельно, например, сшить черепаху, расположив на ее панцире различные застёжки: «молнии», пряжки, кнопки, косички.



*Пальчиковая гимнастика*

**«Апельсин»**

Мы делили апельсин. Много нас, а он один.  
(Покрутить сжатым кулачком левой руки, растопырить пальцы правой руки, поднять указательный палец левой руки, остальные пальцы сжаты)

Эта долька для ежа. (Левая рука сжата в кулак, мизинец отогнут)

Эта долька для чижа. (Отогнуть безымянный палец)

Эта долька для утят. (Отогнуть средний палец)

Эта долька для котят. (Отогнуть указательный палец)

Эта долька для бобра. (Отогнуть большой палец)

А для волка - кожура. (Ладонь повернуть тыльной стороной кверху, округлив пальцы, и погладить кожуру)

Он сердит на нас. Беда! (Ладони соприкасаются основаниями, чуть согнутые пальцы постукивают по тем же пальцам другой руки - как волчьи зубы)  
Разбегайтесь кто куда.

(Руки «разбегаются» по столу или по коленкам, стуча пальцами)

***Надеемся, что такие игры с ребенком доставят радость и удовольствие и Вам, и малышу, оживит ваш интерес к овладению бесценным даром слова.***



(ПРОДОЛЖЕНИЕ СТАТЬИ ИЗ ПРЕДЫДУЩЕГО  
НОМЕРА)

**АВТОМАТИЗАЦИЯ ЗВУКА [С]**

Язычок путешествовать любит  
И всех нас приглашает с собой.  
Все слова проговаривать будем  
Не спеша, громко, четко с тобой.

САД, САДОВНИК, ПОСАДИТЬ,  
СОМ, СОЛОНКА, УГОСТИТЬ,  
СУП, СУХАРИК, СУНДУЧОК,  
СЫР, ПОСЫЛКА, СТАРИЧОК.

*А теперь не забывай,*

*Чистоговорки повторяй:*

Сок – сок – сок – надену я носок  
Сок – сок – сок – тепленький песок  
Сок – сок – сок – новый поясок  
Сок – сок – сок – купили торта кусок  
Ёс – ёс – ёс – у нас умный пёс  
Ёс – ёс – ёс – мы посеяли овёс  
Ёс – ёс – ёс – я маме сумку нёс  
Ёс – ёс – ёс – я сладости принёс  
Ос – ос – ос – у нас живет Барбос  
Ос – ос – ос – он боится ос  
Ос – ос – ос – у меня возник вопрос  
Ос – ос – ос – я съел абрикос.

**Задание:**

- 1) В словах со звуком [С] определить место звука (начало, середина, конец слова).
- 2) Разделить слова на слоги.
- 3) Объяснить значение каждого слова.

- 4) Придумать предложения со словами.
- 5) Повторить чистоговорки, придумать свои.

**АВТОМАТИЗАЦИЯ ЗВУКОВ [З, ЗЬ]**

*Язычок наш – лежебока*

*Никогда не устает.*

*Он стихи нам сочиняет,*

*Повторить их предлагает.*

Зеленый кузнечик –

Лесной человечек –

Зеленый надел сюртучок.

Зеленые ножки

В зеленых сапожках,

Зеленый на нем колпачок!

В зеленую лапку –

Зеленую скрипку,

В другую – зеленый смычок.

Кузнечик играет,

Язык – отдыхает

И звонкую песню поет:

За – зо – зу – поливаю с мамой розу,

За – зу – зы – стройные берёзы,

Зу – зы – за – у нас новая ваза,

Зы – зо – зу – сам пасу козу.



**Задание:**

1) Из стихотворения вспомнить и назвать слова со звуками [ З, Зь ].

2) Разделить слова на слоги. 3) Повторить песенки Язычка, придумать свои.

**АВТОМАТИЗАЦИЯ ЗВУКА [ Ж ]**

Предлагаю вам играть:

Язык может пожужжать.

Повторяем, произносим

Четко все слова за мной.

ЖАБА, ЖУК, ХОЖУ, ПРОХОЖИЙ,

ЖЕНЯ, ДЖЕМ, ЛЕЖУ, ПОГОЖИЙ,

ЖОРА, ЛУЖА, ЖИР, ЛУЖОК,

ЖАТВА, ЖЕЛУДЬ, ПИРОЖОК.

*А теперь не забывай,*

*Чистоговорки повторяй:*

Жа – жа – жа – во дворе большая лужа

Жу – жу – жу – со всеми я дружу

Жу – жу – жу – я в школу (садик) хожу

Жи – жи – жи – в лесу живут ежи.

*А сейчас – не зевай,*

*Предложенья повторяй!*

На полу лежит флажок.

Дети съели пирожок.

Вышли все мы на лужок.

Прибежал к нам пёс Дружок.

**Задание:**

1) В словах со звуком [ Ж ] определить место звука (начало, середина, конец слова).

2) Разделить слова на слоги.

3) Объяснить значение каждого слова.

4) Придумать предложения со словами.

5) Повторить чистоговорки, придумать свои.

**АВТОМАТИЗАЦИЯ ЗВУКА [ Ш ]**

Язычок бежит вперед,

Он играть не устает.

Отправляемся в страну

Под названьем ШЕН-ШЕ-НУ!

Повторяем, произносим,

Все слова со звуком [ Ш ].

ШАГ, ШАЛУН, ШЕПТАТЬ, МЫШОНОК

ШАПКА, ШУБА, ЛЯГУШОНОК

ШЕЛЕСТ, ШАЛОСТЬ, МЫШКА, КОШКА

ШИНА, ШКОЛА, ШЕПОТ, МОШКА.

*А теперь не забывай –*

*Чистоговорки повторяй:*

Ша – ша – ша – варится лапша

Шо – шо – шо – готовлю хорошо

Шу – шу – шу – съели всю лапшу

Ши – ши – ши – добавки нет лапши?

Ша – ша – ша – вкусная каша

Шо – шо – шо – говорю я хорошо

Шу – шу – шу – письмо маме напишу

Ши – ши – ши – играют дружно малыши.

**Задание:**

1) В словах со звуком [ Ш ] определить место звука (начало, середина, конец слова).

2) Разделить слова на слоги.

3) Объяснить значение каждого слова.

4) Придумать предложения со словами.

5) Повторить чистоговорки, придумать свои.

(продолжение статьи из предыдущего номера)

**Правила, которые сделают чтение вслух привлекательным:**

**1.** Показывайте ребёнку, что чтение вслух доставляет вам удовольствие. Не бубните, как бы отбывая давно надоевшую повинность. Ребёнок это почувствует и утратит интерес к чтению.

**2.** Демонстрируйте ребёнку уважение к книге. Ребёнок должен знать, что книга - это не игрушка, не крыша для кукольного домика, и не повозка, которую можно возить по комнате. Приучайте детей аккуратно обращаться с ней. Рассматривать книгу желательно на столе, брать чистыми руками, осторожно перевёртывать страницы. После рассматривания уберите книгу на место.

**3.** Во время чтения сохраняйте зрительный контакт с ребёнком.

**Взрослый** во время чтения или рассказа должен стоять или сидеть перед детьми так, чтобы они могли видеть его лицо, наблюдать за мимикой, выражением глаз, жестами, так как эти формы проявления чувств дополняют и усиливают впечатления от прочтения.

**4.** Читайте детям неторопливо, но и не монотонно, старайтесь передать музыку ритмической речи. Ритм, музыка речи чарует ребёнка, они наслаждаются напевностью русского сказа, ритмом стиха.

В процессе чтения детям нужно периодически давать возможность говорить о своих ощущениях, но иногда можно попросить просто, молча «слушать себя».

**5.** Играйте голосом: читайте то быстрее, то медленнее, то громко, то тихо - в зависимости от содержания текста. Читая, детям стихи и сказки, старайтесь передать голосом характер персонажей, а также смешную или грустную ситуацию, но не «переборщите». Излишняя драматизация мешает ребёнку воспроизводить в воображении нарисованные словами картины.

**6.** Сокращайте текст, если он явно слишком

длинный. В таком случае не надо читать всё до конца, ребёнок всё равно перестанет воспринимать услышанное. Коротко перескажите окончание.

**7.** Читайте сказки всегда, когда ребёнок хочет их слушать. Может быть, для родителей это и скучновато, но для него - нет.

**8.** Читайте ребёнку вслух каждый день, сделайте из этого любимый семейный ритуал. Непременно продолжайте совместное чтение и тогда, когда ребёнок научится читать: ценность хорошей книги зависит во многом от того, как отнеслись к книге родители и найдут ли для неё должное место в своей семейной библиотеке.

**9.** Не уговаривайте послушать, а «соблазняйте» его. Полезная уловка: позвольте ребёнку самому выбирать книги.

**10.** С самого раннего детства ребёнку необходимо подбирать свою личную библиотеку. Чаще ходите с ребёнком в книжный магазин, в библиотеку. Покупать книги следует постепенно, выбирая то, что интересует детей, что им понятно, советуясь с воспитателем.

**11.** Читайте вслух или пересказывайте ребёнку книги, которые вам самим нравились в детстве. Прежде, чем прочитать ребёнку незнакомую вам книгу, попробуйте прочитать её сами, чтобы направить внимание ребёнка в нужное русло.

**12.** Не отрывайте ребёнка от чтения или рассматривания книжки с картинками. Снова и снова привлекайте внимание детей к содержанию книги, картинок, каждый раз раскрывая что-то новое.



*Уважаемые родители! С детства прививайте ребенку любовь к чтению.*

*Пусть она проявляется у него как естественная необходимость, как потребность в пище и сне.*

Если же этого в семье нет, то еще не поздно начать, хотя для этого потребуются немало сил и терпения. Важно, чтобы подрастающий человек с помощью взрослых и мудрой книги научился отличать плохое от хорошего, понимать истинные и ложные ценности. И самое главное – помнить, что ребенок сам по себе не получит всей той полноты общения с книгой, если не будет рядом родителей. И ни один компьютер не даст ребенку любви и тепла, которые он получает тогда, когда вы вместе читаете книгу.

*Читайте с детьми как можно больше, а главное - говорите, о чем прочитали!*

Ваши дети - будущие первоклассники. В первом классе одними из важных норм определения степени развитости ребенка являются нормативы техники чтения.

Для того, что бы определить технику чтения ребенку дается текст и одна минута на его прочтение, затем подсчитывается количество прочитанных слов. По истечении первого полугодия обучения в школе ребенок уже должен прочитывать не менее 20-25 слов в минуту с четким проговариванием слогов и слов. Во втором полугодии этот норматив повышается до 35-40 слов в минуту, при этом чтение должно быть полностью осознанным, а в тексте допускается присутствие слов сложной слоговой структуры, которые разрешается еще прочитывать по слогам. В памятке вы можете ознакомиться с нормативами техники чтения в разных классах школы.

#### ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Читайте вслух с ребенком не менее 10-15 минут в день.
2. Перед чтением уберите со стола отвлекающие предметы, проветрите комнату.
3. Если ребенок устал, проведите физминутку.
4. Во время чтения книги выясняйте значение трудных слов, рассматривайте иллюстрации.
5. Беседуйте о прочитанном, о том, чему учит книга, что нового ребенок узнал.
6. Предложите ребенку нарисовать картинку к самому интересному отрывку из книги или выучит его наизусть.
7. Предлагайте ребенку для самостоятельного чтения специальную литературу из серии «Читаем сами».



**«Мёд спешит на помощь.»**

Советы пчеловодов для мам и их деток.

Сегодняшняя статья будет посвящена самой сладкой теме на свете – мёду. На дворе зима, и перед мамами встает вопрос о том, как прожить этот период обострения простудных заболеваний - благоприятно. Как защититься и не заболеть? И что делать, если все-таки простудились?

Во все времена лучшим средством профилактики ОРЗ являлся мёд. Причина объективна. Мёд - это 100% натурально, эффективно, и что немаловажно – вкусно! Главное, при использовании в качестве защиты именно этого ценного снадобья, учитывать 2 ключевых условия: мёд должен быть качественным, а его употребление правильным.

И сегодня мы поделимся с вами советами от пчеловодов, которые были подготовлены специально для мам и деток.

Почти 50% покупателей – это мамы детей разных возрастов. И за всю историю уже накопилось понимание самых волнующих их вопросов, которые мы и постараемся затронуть.

**«С какого возраста можно давать мёд?»**

Главный вопрос, который интересует обычно молодых мам - с какого возраста можно давать мёд детям. И здесь мы ответим так. До года мед давать не стоит. Несмотря на то, что аллергия на мёд – это исключение из правил, для малышей это слишком насыщенный продукт. Поэтому, с мёдом лучше подождать до года.

**«Какой мёд давать первым?»**

Первый мёд – это липовый. Именно с него нужно начинать знакомство ребенка с этим продуктом. Липовый мёд имеет все необходимые свойства, являясь при этом, самым мягким и низкоаллергенным. Для профилактики простудных и прочих



заболеваний можно давать ребенку 1 ч.л. липового мёда на ночь. Лучше с молоком, так лучше усваивается кальций. Главное, не надо забывать, что мёд нужно есть вприкуску, а не растворять в горячем напитке. При высоких температурах, мёд теряет свои ценные свойства.

Не давайте липовый мёд ребенку с утра и особенно перед прогулкой! Он обладает потогонным свойством и может наоборот создать повод для начала заболевания.

**«Какие сорта мёда можно давать детям?»**

Мама часто задают вопрос, какой именно мёд можно давать детям? Тот же, что и взрослым?

Отвечаем: Детям до 7 лет лучше всего покупать мёд из какого-то одного медоноса, а не разнотравья. В смешанных сортах есть один недостаток для маленькой аудитории – они более аллергенны, поэтому лучше не рисковать. Тоже самое касается и любых тёмных сортов. Они более аллергенны, чем светлые сорта мёда.

Поэтому, маленьким детям можно порекомендовать такой мёд, как клеверный, донник. Акация – совершенно изумительный вариант, и ряд других.

Для детей старше 7 лет ограничений почти нет. Выбирайте по вкусу, мёд – это все-таки еще и лакомство, и оно должно приносить удовольствие.

**«Какой мёд лучше всего подходит для профилактики простудных заболеваний?»**

Самый лучший мёд для защиты – это мёд с прополисом или живицей.



Этот мёд нужно употреблять буквально за несколько минут перед выходом из дома – рассосать 1 ч.л. Постарайтесь именно рассосать, а не проглотить. Так вы сможете извлечь из мёда максимум пользы. Употребляя мёд с прополисом каждое утро, вы можете быть абсолютно спокойны за свое здоровье в осенне-зимний период.

Мёд с прополисом – самый мощный природный антибиотик. Его сила в том, что вирусы совершенно не способны выработать к нему иммунитета, а значит, он снова и снова будет поддерживать вас в форме.

В идеале, и уж тем более, если вы заядлый сладкоежка, для 100% профилактического эффекта съедайте 1 ч.л. мёда еще и на ночь. К примеру, того же липового. Лучший союзник здесь – травяной чай по вкусу.

Но еще раз напоминаем, что данные сорта мёда подходят детям от 7 лет, а для детей младшего возраста, лучший мёд для профилактики – тот же липовый, о котором мы уже говорили.

**«Какой мёд поможет, если все-таки заболели?»**



Если ребенок маленький, то лучше не рисковать, а сходить за советом к педиатру. Если он пропишет мёд, или хотя бы не будет против него возражать, тогда, пожалуйста. Смешивайте липовый мёд с теплым молоком и пейте на здоровье.



А вот для детей после 7 лет, а так же их мам, пап, бабушек и дедушек, идеальным средством быстрого восстановления является прополис. Лучшего средства в момент обострения заболевания придумать сложно. Прополис обладает настолько мощным химическим составом, что способен буквально за 2-3 дня практически полностью исключить тяжелый кашель. Прополис следует использовать сразу в 2 направлениях – есть мёд с прополисом внутрь и полоскать горло настойкой из прополиса.

Ежедневный рацион вовнутрь всего примерно 7 ч.л., рассасывая по 1/2 ч.л. каждый час. Будьте здоровы!!!

*Настойка из прополиса делается так: 10 г. прополиса нужно настоять на 100 мл. 70% спирта в течение 2 недель. Для полоскания разбавляем 1 ч.л. настойки на стакан воды.*

*Настойка прополиса не имеет срока хранения и не портится, но держать ее лучше в темном сухом месте в стекле.*

«Если хочешь быть здоровым  
- пой!»



Мы рады приветствовать вас на страницах нашей рубрики «Музыкальная палитра». В этой статье мы расскажем вам о влиянии пения на здоровье человека.

Современная медицина давно обратила внимание на то, что пение, особенно профессиональное занятие вокалом, оказывает благотворное влияние на здоровье человека. Во время пения звуковые частоты активизируют развитие ребёнка, влияя на его головной мозг. Пение помогает избавиться от стрессов. Известно так же то, что во время пения вырабатывается эндорфин, вещество, благодаря которому человек ощущает радость и у него повышается настроение. Благотворно влияет пение и на кровообращение и даже улучшает цвет лица.



Конечно, велика роль пения в развитии дикции и постановки речи. С помощью пения можно исправить такой дефект как заикание.

Во время пения активно работает диафрагма, тем самым массируя печень и предотвращая застой желчи. В то же время улучшается работа органов брюшной полости и кишечника.

Пение гласных звуков оказывает оздоровительный эффект на весь организм. Вот, например, пение звука «а» помогает снять боли различного происхождения, лечит сердце и помогает при респираторных заболеваниях и насыщает ткани кислородом. «И» - помогает в лечении глаз, ушей. «Прочищает» нос, стимулирует работу сердца. «О» - лечит кашель, бронхит, трахеит, воспаление лёгких, снимает спазмы и боли. «У» - улучшает дыхание, стимулирует работу почек, лечит горло и голосовые связки. «Э» - улучшает работу головного мозга.

Научно доказана целебная сила некоторых согласных звуков. «В», «н», «м» - улучшают работу головного мозга.

«К», «щ» - помогают при лечении ушей. «Х» - улучшает дыхание и освобождает организм от негативной энергии. «С» - помогает при

лечении кишечника, полезен для сердца, сосудов.



Вспомним известное высказывание о пользе бега: «если хочешь быть сильным – бегай, хочешь быть красивым – бегай, хочешь быть умным – бегай», то же самое можно сказать и о пении.

*Пойте, и вы всегда будете в  
хорошем настроении, а ваше  
здоровье будет крепче.  
Любите музыку, друзья!*



**Настя , 5 лет:**  
Потому что они  
не разговаривают с  
людьми.

**Ваня, 6 лет:**  
Рыба молчит,  
потому что боится  
людей

**Ксюша , 6 лет:**  
Потому что они не  
умеют говорить,  
под водой  
говорить нельзя

*Мы решили выяснить, знают ли наши воспитанники о том, почему молчат рыбы?*

**Алиса, 6 лет:**  
Потому что они не  
умеют разговаривать,  
у них не  
человеческий язык

**Саша, 5 лет:**  
Потому что в воде  
ночь

**Вадим, 6 лет:**  
Потому что они  
животные, они не  
разговаривают

***Уважаемые родители!***

Если у Вас есть интересные и веселые высказывания из жизни ребенка, и вы желаете ими поделиться, просим обращаться к воспитателям групп. Они с удовольствием передадут данную информацию в редакцию газеты.

***Будем очень рады сотрудничеству.***



**Задание №3.** На рисунке ты видишь 12 мальчиков. Это братья-месяцы. Сколько месяцев в году? Скажи, в каком месяце теплее в сентябре или в январе? Когда чаще идёт дождик, в июле или сентябре? Когда холоднее, в марте или декабре? Назови все зимние месяцы.



## Главный редактор:

Зерова Светлана Владимировна – заместитель заведующей

## Ответственные за выпуск:

Дмитриева Дарья Викторовна – музыкальный руководитель.

## Корреспонденты:

Дербенёва Юлия Николаевна – воспитатель

Овчинникова Мария Владимировна – воспитатель

Ерёмина Диана Игоревна – музыкальный руководитель

Отпечатано: в МБДОУ детский сад № 59 г. Пензы «Росинка».

Адрес редакции: 440031, г. Пенза, ул. Кижеватова, 7.

Телефон: 31 – 41 – 35

E-mail редакции: [ds59@inbox.ru](mailto:ds59@inbox.ru) .

Сайт редакции: [www.detsad59.ru](http://www.detsad59.ru)

## Дополнительная информация

Наша газета выпускается 1 раз в квартал.  
Следующий номер газеты выйдет в марте 2018 г.

*Редакция надеется на Ваши отзывы  
и пожелания.*