



РОСИНКА



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

ТЕМА НОМЕРА «Творчество и дети»

Читайте в номере:

- **Новости (стр. 2)**
- «110 лет со дня рождения Агнии Барто» в рубрике «Литературная гостиная» (стр. 3)
- «Конструирование» в рубрике «Семейные увлечения» (стр. 4)
- «Детская мультипликация» (стр. 5)
- «Влияние телевидения на детей» в рубрике «Родителям на заметку» (стр. 6)
- «Напомним дом музыкой» в рубрике «Музыкальная палитра» (стр. 7)
- «Как научить ребенка говорить» в рубрике «Логопедическая шкатулка» (стр. 8)
- «Детская зарядка дома» в рубрике «Физкульт-привет!» (стр. 9)
- Рубрика «Очумелые ручки» (стр. 10)
- «Свиной грипп в России» в рубрике «Будь здоров» (стр. 13)
- «Говорят дети» (стр. 15)
- «Задания от Росинки» (стр. 16)
- Редакция газеты (стр. 19)

От редакции

Уважаемые читатели!

Здравствуй, дорогие наши читатели!

Редакция газеты спешит поздравить всех с наступившим Новым 2016-м годом! Пусть он будет для всех добрым и счастливым! В новом году «Росинка» продолжает радовать и удивлять своих читателей. Будут публиковаться интересные и полезные статьи, посвященные актуальным, современным темам и проблемам. Маленькие читатели тоже не останутся без внимания.

Редакция газеты обращает ваше внимание на то, что в списке постоянных рубрик появились новые. Надеемся, что и они найдут своих постоянных читателей. Своими пожеланиями и впечатлениями вы можете делиться на нашем сайте или непосредственно с редакцией «Росинки». Мы работаем с вами, мы работаем для вас!

С уважением, редакция
газеты.



Написать в редакцию Вы можете по E-mail: ds59@inbox.ru или обратиться к воспитателям.

Сайт детского сада
www.detsad59.ru



С января по март в детском саду прошли следующие мероприятия:

Зимние каникулы

В нашем дошкольном учреждении зимние каникулы прочно заняли свое место. Ведь в жизни детей в каникулярные дни должна быть совершенно не такой, как в другое время, - немного загадочной, насыщенной, необычной, сказочной, удивительной. Для того чтобы отдых детей в каникулы был эффективным и разнообразным, мероприятия были запланированы и продуманы заранее. В дни зимних каникул в детском саду были проведены следующие мероприятия:

Музыкальное развлечение «Путешествие со Снегурочкой в зимнюю сказку»

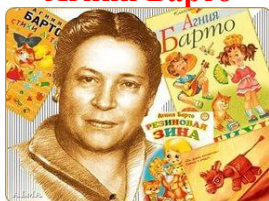
Там дети и взрослые водили хоромы вокруг ёлки, пели любимые песни, участвовали в весёлых конкурсах.



Спортивное развлечение «Новогодние эстафеты»

Пока малыши развлекались у ёлки в саду, наши старшие дошкольники участвовали в спортивных эстафетах в ФОКе «Олимп». Подготовительные группы приняли участие в ежегодных соревнованиях среди детских садов нашего микрорайона.

110-лет со дня рождения Агнии Барто



С детства нам каждому знакомы произведения Агнии Львовны Барто. Её стихи вырастили не одно поколение малышей, её смело можно назвать народной писательницей. Стихотворные фразы превратились в поговорки, детские образы легко переключались во взрослую жизнь, стали чем-то очень родным и близким для каждого из нас.

17 февраля исполнилось 110 лет со дня рождения советской поэтессы Агнии Львовны Барто.

В детском саду прошло ряд мероприятий, посвященных этому событию (оформлены информационные стенды, посвященные творчеству поэтессы; проведены беседы о биографии и творчестве; организованы выставки рисунков по произведениям Агнии Барто; оформлены литературные уголки с подбором произведений по возврату воспитанников).

В этот день ребят посетили сотрудники городской детской библиотеки № 8, которые провели литературный праздник «В стране детства с Агнией Барто». Маленькие читатели хорошо знают стихи Агнии Барто из сборника «Игрушки», которому в этом году исполняется 80 лет, поэтому легко отвечали на вопросы викторины «Угадайка!».



Ребята с удовольствием вспоминали стихи, которые им читали - вновь переживали за Таню, жалели Мишку и брошенного под дождём Зайку, сочувствовали Бычку

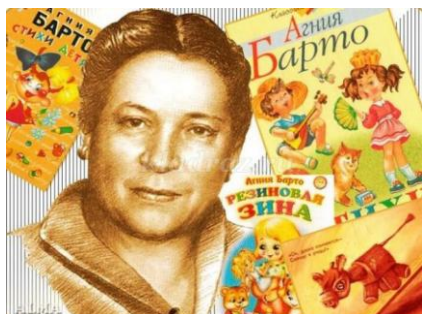
День защитника Отечества

В детском саду прошли праздничные мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества, целью которых является воспитание патриотических чувств у дошкольников, уважения к бессмертному воинскому подвигу, чувства гордости за славных защитников нашей Родины.

Воспитатели провели с детьми тематические занятия, беседы, в ходе которых ребята познакомились с историей российской армии, различными военными профессиями, узнали имена великих русских полководцев. В группах были организованы выставки детских книг на военную тематику. Старшие дошкольники стали участниками спортивных эстафет. Кроме того, в детском саду была организована выставка рисунков и поделок, выполненных детьми.



Любимой детской поэтессе Агнии Барто – 110 лет со дня рождения



Она мечтала стать балериной, а отдала свой талант детям. Журналистская деятельность оказалась не менее яркой страницей её творчества наряду со стихами, которые знают взрослые и дети. 17 февраля 2016 года мы отмечаем 110 лет со дня рождения любимого детского поэта Агнии Барто. Агния Львовна родилась в феврале 1906 г. 109 лет назад. Родители ласково называли девочку Агнешкой. Образы детства позже отразились в ее стихотворениях, хотя она мечтала стать совсем не писательницей, а балериной — даже училась в хореографическом училище. Но, видимо, писательский талант взял свое.

Когда Агния Барто впервые принесла в издательство свои стихи, ей было всего 19 лет. Это было в 1925 г. Стихи получили самую высокую оценку редактора и их выпустили отдельной книжкой. «Писать стихи меня учили многие, каждый по-своему», — вспоминала А. Барто. И называла имена Владимира Маяковского, Корнея Чуковского, Самуила Маршака.

Тяжёлой страницей в её биографии была война. Она сполна познала все её тяготы и невзгоды. Агния Львовна много выступала по радио, перед солдатами на фронте. Ее книги выходили одна за другой, а она ни на минуту не переставала работать — писала сценарии, прозу. А потом еще несколько лет жизни вела на радиостанции «Маяк» передачу «Найти человека», которая своим содержанием созвучна с нашей телевизионной передачей «Жди меня». Поэтесса пыталась соединять семьи, которые были разлучены во время войны. Особенно ее волновали дети, потерявшие родителей. Она пользовалась деталями из их рассказов — хотя во время войны ее герои были совсем маленькими, и запомнили немного. Благодаря А. Барто удалось воссоединить более 900 семей.



Невозможно даже представить, что Агния Барто работала в Свердловске токарем. Когда началась война, 35-летнюю поэтессу вместе с другими писательскими семьями должны были эвакуировать из Москвы в Чистополь. Однако судьба распорядилась иначе. Ее мужа, теплоэнергетика, командировали на одну из электростанций Урала, и Агния Львовна отправилась вслед за ним.

Здесь Агния Львовна познакомилась с П.П. Бажовым. Готовя репортаж на местное радио, столкнулась с проблемой — плохо знала героев будущего репортажа. Вот что пишет в воспоминаниях сама Агния Барто: «Бажов предложил мне прийти на собрание в ремесленное училище. Глядя на подростков, я думала: удастся ли мне проникнуть в психологию этих деревенских пареньков? Своей тревогой я поделилась с Павлом Петровичем, и он дал мне совет: «А вы пройдите с ними весь их путь в училище и на заводе до того момента, когда они получают разряд». Так поэтесса стала работать токарем. И спустя всего пару месяцев получила по этой специальности второй разряд.

Агния Львовна много лет дружила с Фаиной Раневской, которая именно благодаря ей стала кинозвездой: Барто в конце 30-х написала вместе с Риной Зеленой сценарий фильма «Подкидыш» и настояла, чтобы одну из ролей исполнила именно Раневская (фраза «Муля, не нервируй меня!» была придумана специально для нее). Дружила с Сергеем Михалковым, с Робертом Рождественским. Успела поздравить художника Виктора Чижикова, иллюстрировавшего ее книги, с творческой удачей — созданием Мишки, талисмана Олимпиады-80..

Сколько много интересных фактов! Как мало мы, всё-таки, знаем о знакомых с детства писателях...

В нашем детском саду в день рождения поэтессы, 17 февраля, звучали строчки, знакомые всем с самого рождения. Дети узнавали интересные факты из жизни Агнии Барто, читали её стихи. В гостях у нас были сотрудники Детской Центральной библиотеки №4, которые помогли ребятам в саду тепло и лирично отметить день рождения любимого детского писателя.



Уважаемые читатели!

*Рубрика «Семейные увлечения»
приветствует Вас! Она посвящена
воспитанникам нашего детского сада.*

Увлечение - важная часть жизни ребёнка, делающая его настоящее и будущее увлекательнее и интереснее.

Если ребёнок готов часами заниматься интересным ему делом, если это занятие приносит ему огромное удовольствие, если такое любимое увлечение у ребёнка есть, это просто замечательно!!!

Детские увлечения очень разнообразны: это спорт, музыка, пение, театр, фотография, шахматы, моделирование, лепка, рисование, коллекционирование и многое другое.

В последнее время наибольшую популярность приобретает такой вид увлечения как **конструирование**. Под детским конструированием подразумевается создание разных моделей и конструкций. Благодаря конструированию у ребёнка совершенствуется навыки и умения, умственное и эстетическое развитие.



В этом выпуске мы напишем о воспитаннике Юскаеве Айрате, посещающем группу № 10 (воспитатели Коновалова Н.А., Рябова М.В.). С самых ранних лет ребёнок увлекается конструированием, как дома, так и в детском саду. Он придумывает, воображает, создаёт свои конструкции, проявляя любознательность, сообразительность, смекалку и творчество. У Айрата хорошо развита фантазия, воображение, логическое и математическое мышление.

Данное увлечение приносит ребёнку море положительных эмоций, помогает забыть о неприятностях, отдохнуть. Помимо этого с помощью конструктора и конструирования ребёнок узнаёт и познаёт окружающий его мир изнутри. И самым интересным, по словам мамы Альфии Жаферовны, является то, что ребёнок ощущает себя настоящим творцом.

Ребёнок растёт, приобретает навыки, учится «проектировать» и строить различные здания, собирает машинки или необычные механизмы.



В данном процессе проявляет выдержку, терпение, учиться усидчивости и старается всё доводить до конца.

Помимо этого Айрат увлекается конструированием из бумаги, из бросового материала, рисует. Немного времени уделяет и занятием спортивной гимнастикой.

В своих увлечениях ребёнок проявляет присущие ему природные способности, учится самостоятельности и ответственности.

В будущем такое детское увлечение может превратиться в профессию или любимое дело на всю жизнь. Такого ребёнка, знающего, кем он хочет быть, легко убедить, что данные знания необходимы ему, чтобы стать настоящим профессионалом.

Играйте с детьми. Давайте возможность фантазировать, воображать и в жизни это всё очень пригодится. Будущий конструктор - как это звучит!



Мультипликация – это интересно и увлекательно!

Не секрет, что все дети любят смотреть мультфильмы. Если говорить честно, то и взрослые с удовольствием проводят время у экрана телевизора, если там показывают наши любимые с детства мультики!



Авторы этих фильмов творят не только в столице. Не ищите этих волшебников далеко! Они совсем близко. В нашем детском саду мультфильмы создаёт воспитатель Павлова Наталья Александровна. Создаёт она их не одна, а вместе с помощниками – детьми нашего детского сада.

По данному вопросу Наталья Александровна ответила на вопросы корреспондента газеты.

Как пришла идея делать мультфильмы в саду?

- Уже несколько лет в Пензе существует творческая группа педагогов детских садов, где педагоги занимаются развитием творческой детской деятельности посредством мультипликации. Обычно раз в год мы собираемся на семинар, где делимся опытом, находим необычные решения, заряжаемся новыми идеями.

Что может послужить толчком к созданию мультфильма?

- Очень многое. Красивая картинка из интернета, иллюстрация в книге, увиденные фильмы.

Моими первыми соавторами были выпускники детского сада. Их дошкольная жизнь в саду заканчивалась, ждала школа, и дети в момент создания мультика хотели, чтобы с героями картины происходили изменения, превращения. Так возник замысел темы мультфильма: превращения гусениц в прекрасных бабочек.

Дети очень тонко почувствовали перемены в их детской жизни, выход на другой уровень. Каждый придумал себе героя, каким он был и каким станет.

Как происходит создание самого мультфильма?

- Фон, где будут разворачиваться действия, создается обычно в технике пластилинографии. Именно пластилин даёт яркий, красочный фон. Данная техника понятна детям, и они помогают мне в подготовке основы. Герои также создаются из пластилина: объёмные с использованием проволоки, плоскостные – на листах картона. Каждое перемещение, движение объектов фиксируется фотографированием. Затем всё запускается в нужном темпе, подбирается музыка. И всё – мультик готов!

С детьми, какого возраста вы работаете сейчас, создавая мультфильмы?

- На данный момент я занимаюсь с детьми своей группы, им пятый год. Конечно, работа с детьми данного возраста начинается с самого элементарного. Для этого нам помогают детские раскраски, в которых мы находим интересных героев и начинаем создавать самые простые мультики.

Где можно увидеть ваши мультфильмы?

- О, (смеётся)! Понимаете, эти фильмы мне как дети! Мультики видят авторы – дети детского сада и их родители.

ЭТО ИНТЕРЕСНО!!!

О мультфильме «Винни - Пух»

В советском мультфильме Винни-Пуха озвучивал Евгений Леонов. Для достижения большей комичности речь артиста была ускорена примерно на 30%. Если уменьшить скорость на это значение, можно услышать обычного Леонова.

Как телевидение влияет на наших детей?

Эпоха средств массовой информации существенно преобразует психологию человека. Компьютер, телевизор прочно входят в жизнь наших малышей, начиная с первых дней жизни. В некоторых семьях, как только ребенок начинает сидеть, его усаживают перед телевизором. Экран становится главным "воспитателем" ребенка.

Телевизионные передачи, которые смотрят наши дети, - это не только способ времяпрепровождения, но и средство воспитания.

Применительно к маленьким детям принципы свободы выбора, как и свободы слова, не могут быть главными ориентирами. Все, что смотрят и что воспринимают маленькие дети, закладывает фундамент их личности и мировоззрения. А поскольку хороших телепередач для малышей очень мало, дети вместе со взрослыми смотрят все подряд - рекламу, боевики, ужастики и т.п. В настоящее время, когда подрастает первое поколение "экранных" детей, эти последствия становятся все более очевидными.

Первое из них - отставание в развитии речи. В последнее время и родители, и педагоги все больше жалуются на задержки речевого развития: дети позже начинают говорить, мало и плохо разговаривают, их речь бедна и примитивна.

Однако причем здесь телевидение? Ведь ребенок, сидя у экрана, постоянно слышит речь. Какая разница, кто говорит с ребенком - взрослый или герой мультфильма? Разница огромная. Речь это не подражание чужим словам и не запоминание речевых штампов. Овладение речью в раннем возрасте происходит только в живом, непосредственном общении, когда малыш не только слушает чужие слова, но и отвечает другому человеку, когда он сам включен в диалог. Для того чтобы ребенок заговорил, необходимо, чтобы речь его была включена в его конкретные практические действия, в его реальные впечатления, а, главное, в его общение со взрослыми. Речевые звуки, не обращенные к ребенку лично, не затрагивают малыша, не побуждают его к действию и не вызывают у него никаких образов. Они остаются всего лишь "пустым звуком". Гораздо чаще дети поглощают телепрограммы, которые не требуют от них ответа, не реагируют на их отношение и на которых они сами никак не могут воздействовать. Усталых и молчаливых родителей заменяет говорливое телевидение. Но экранная речь остается малоосмысленным набором чужих звуков, она не становится своей.



Поэтому дети предпочитают молчать, а изъясняются криками и жестами.

Еще один факт, который отмечают многие педагоги - это снижение фантазии и творческой активности детей. Дети теряют интерес чем-то занять себя. Они не прилагают усилий для изобретения новых игр, сочинения сказок. Им скучно рисовать, конструировать, их ничего не увлекает. Им не интересно общаться с собой. Они предпочитают нажать кнопку телевизора и ждать новых готовых развлечений.

Так неужели всему виной телевизор? Да, если речь идет о маленьком ребенке. Когда домашний экран поглощает все силы и внимание малыша, когда телевизор подменяет для маленького ребенка игру, общение со взрослыми, он оказывает мощное формирующе-деформирующее влияние на становление психики и личности растущего человека. Последствия и масштабы этого влияния могут сказаться значительно позже в самых неожиданных областях.

Сказанное выше не означает исключения телевизора и компьютера из жизни и воспитания детей. Но в раннем и дошкольном возрасте экран несет серьезную опасность для детей. Компьютерные игры нужно вводить только после того, как ребенок освоил традиционные виды детской деятельности - рисование, конструирование, восприятие и сочинение сказок. И главное - когда он научится играть самостоятельно в обычные детские игры (принимать роли взрослых, придумывать воображаемые ситуации, строить сюжет игры и т.п.), а также отличать игру от реальности. Просмотр мультфильмов для маленьких нужно строго дозировать. При этом родители должны помогать осмысливать увиденное, и сопереживать героям мультфильмов. Предоставлять свободный доступ можно только после 6-7 лет, тогда экран будет именно средством получения информации, а не главным воспитателем.

В наше время невозможно уберечь ребенка от просмотра телевидения, но уменьшить его влияние возможно. Пока он совсем маленький, старайтесь вообще в присутствии ребенка не включать телевизор. Если это не возможно, поставьте мультфильм, передачу о животных, добрую комедию.

Когда малыш подрос, контролируйте то, что он смотрит. Ограничивайте время, проведенное у телевизора. Пусть лучше рисует, лепит или играет с мячом. Дайте ему больше живого общения. Старайтесь проводить вечера вместе за настольными играми или обсуждением прошедшего дня, а не у телевизора.

Станьте ближе своему ребенку. Телевизор включить Вы всегда успеете.



«Наполним дом музыкой»

Наиболее доступными, а потому любимыми детьми являются шумовые музыкальные инструменты. Они помогают ребёнку по-новому услышать мир звуков. Звуков вокруг нас много, и они такие разные! Играя на самодельных музыкальных инструментах, дети понимают: все, что окружает нас, звучит, и каждый звук может стать музыкой. Надо только постараться услышать и распознать её. Привлекают детей вид, звучание инструментов и то, что они могут самостоятельно без чьей либо помощи, извлекать эти звуки. Подобные игры со звуками являются своего рода импровизацией. Особый интерес у детей вызывают инструменты, которые можно сделать своими руками. Причем, заметим, без особых материальных затрат.

Предоставляем вашему вниманию некоторые из них.

Кастаньеты



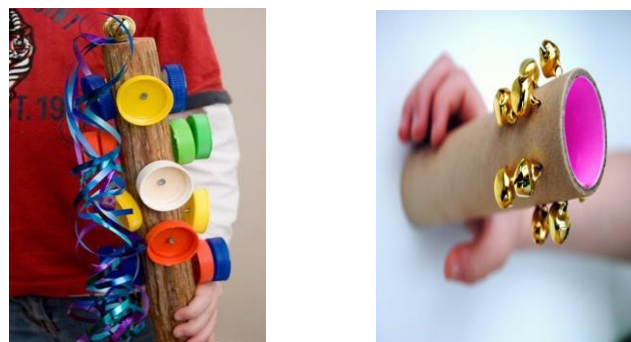
Дудочка из трубочек



Радужный стаканофон.



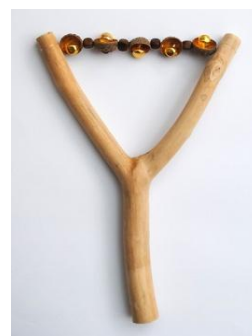
Палка-шумелка



Тещутка из скорлупок



Музыкальная рогатка



Конечно, чтобы делать с детьми музыкальные инструменты, нужно обладать немалой смелостью... Ведь, попав в детские ручки, такие предметы зачастую становятся источником звуков, далеких от гармонии. Тем не менее, вряд ли кто-то усомнится в пользе музыкальных игрушек для развития слуха и чувства ритма. Не говоря уже о радости, которую принесет ребятишкам хорошо организованный домашний оркестр!

«Как научить ребёнка говорить?»

Когда ребенок начнёт говорить, и как он заговорит, зависит от поддержки со стороны взрослых. Правильной речи нужно учиться, как и многим другим навыкам в детском возрасте.



10 советов, которые помогут Вашему малышу быстрее начать говорить:

1. Поощряйте его всегда смотреть на Вас, когда Вы говорите!

Дети учатся путем подражания. И в развитии речи подражание играет важную роль. Поэтому будьте хорошим образцом для вашего ребенка. Убедитесь, что вы говорите все слова четко и малыш видит Вашу артикуляцию. Тогда Ваш ребенок может лучше всё понять и быстрее заговорить.

2. Используйте короткие слова, простые и понятные!

Маленький ребенок не в состоянии понять и запомнить длинные и сложные предложения. Поэтому желательно использовать простые термины и короткие фразы (но без «сюсюкания»). Например, давайте малышу простые указания и задавайте простые вопросы, такие как «возьми мишку», «принеси куклу», «где кубик?»

3. Не говорите слишком быстро!

Как ребенок может начать говорить, если он слышит от Вас речь, из которой невозможно выделить что-то конкретное? Когда ваш ребенок сталкивается с быстрым потоком слов, он слышит, но не понимает их.

4. Проговаривайте вслух всё, что Вы делаете!

«Сейчас мы наденем ботиночки, куртку, шапку и пойдём гулять». «Я достану тарелку, ложку, и мы будем есть суп».

Рассказывайте обо всём, что Вы делаете постоянно, даже во время приготовления пищи или уборки! Но не говорите слишком много. Существует риск того, что малыш привыкнет вообще «отключаться», чтобы не слышать бесконечного потока слов.

5. Читайте ребёнку книги!

Одним из последствий чтения для детей младшего возраста является более быстрое развитие речи. Читайте ребенку не менее 10 минут каждый день, даже больше, если это возможно. Выбирайте книги с короткими текстами и яркими картинками.

Задавайте вопросы по прочитанному. Не раздражайтесь, если ребёнок просит читать ему одно и то же. Правило повторения — главное в речевом развитии.

6. Ограничивайте просмотр телевизора!

Не используйте телевизор в качестве няни или как метод успокоения ребенка. Вы можете быть очарованы тем, как ваш малыш танцует при показе какой-то рекламы. Но впоследствии обнаружится, что за короткое время ребёнок и Вы стали зависимы от телевизора.

Замените телевизор разговорами, интересными играми и компанией других детей.

Именно это будет стимулировать речь Вашего малыша.

7. почаще включайте музыку и песенки для малышей!

Музыкальные произведения и детские песенки очень полезны для обогащения словарного запаса и развития слухового внимания. Ритм и мелодии песен так же содействуют развитию восприятия ребёнка.

Чередуйте медленные и быстрые мелодии. Особенно подходят те, которые можно сочетать с движением. Так тренируется слухо-моторная координация.

Кроме того, пойте сами, чтобы малыш следил за Вашими губами и мог повторять за Вами слова.

8. Поощряйте двигательную активность ребёнка!

Замечено, что многие дети с недостатками речевого развития очень неуклюжи.

Чтобы быстрее развить речь малыша, больше гуляйте, но не возите его в коляске, а ходите, бегайте с ним, лазайте по лесенкам, играйте в мяч и т. п.

9. Развивайте мелкую моторику!

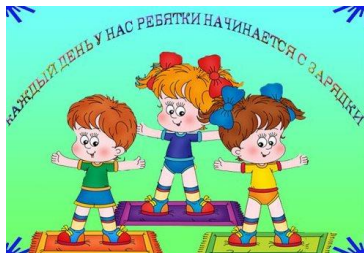
О взаимосвязи речи и движений руки знает, пожалуй, каждая мама. Так что давайте вашему ребенку краски, пластилин, безопасные ножницы для вырезания, нанизывайте крупные бусины, пуговицы и покупайте игры, которые требуют определенной ловкости пальцев (например, «шнуровки»). Особенно полезна пальчиковая гимнастика (смотрите предыдущие выпуски «Росинки»).

10. Исключите любые чрезмерные требования!

Обеспечьте своему малышу спокойную, размеренную обстановку, здоровое питание, достаточный сон, много гуляйте на свежем воздухе. Позволяйте малышу играть с другими детьми.

Будьте сами собой, а не лихорадочно нетерпеливыми в отношениях с Вашим ребенком. Оставайтесь спокойными и уравновешенными.

«Детская зарядка дома: правила, мотивация и упражнения»



В чем заключается эффект утренней зарядки?

Малыш просыпается с помощью утренней зарядки, получает заряд бодрости на целый день, у него укрепляются мышцы, суставы и связки, позвоночник и иммунная система, улучшается аппетит, сон, ускоряется кровообращение, совершенствуются нервные процессы, ускоряется рост.

Главные правила

Вводить зарядку в распорядок дня ребенка можно с двухлетнего возраста. Выполнять упражнения следует каждое утро (не считая периоды болезни малыша) всегда в одно время: после сна, натощак, в проветренном помещении. Одежда ребенка не должна сковывать его движений, а лучше и вовсе проводить зарядку в трусиках и босиком. В детской зарядке не должны использоваться гантели и другие утяжелители. Нельзя перенапрягать малыша – зарядка должна продолжаться примерно 5 минут, и нужно строго следить за его осанкой, правильным исполнением упражнений и дыханием.



Мотивация

Так как объяснить маленькому ребенку, что зарядка очень полезна для его организма, пока невозможно, лучшей мотивацией малыша к зарядке является личный пример. Детям свойственно повторять все за взрослыми, и если ребенок увидит, с каким удовольствием вы делаете зарядку, он обязательно присоединится к вам.

Проводите зарядку под любимую музыку своего чада, и сделайте упражнения своеобразным ритуалом – пусть это будет игра. Тогда утренняя зарядка станет малышу в радость.



Упражнения

Зарядку для детей, как и для взрослых, следует начинать с проведения **разминки**. Она может состоять из таких упражнений, как **потягивания в сторону и вверх**. Они помогают пробудиться и растянуть позвоночник.

Не забудьте **про «дрожалки»**, когда ребенок в лежачем положении быстро трясет свои ножки и ручки. Это упражнение улучшает кровообращение и оказывает пользу капиллярам.

Следующая стадия зарядки – **разогрев**, например, **ходьба** на месте или по периметру комнаты. Также сюда можно добавить ходьбу на носочках, пятках, внешней и внутренней стороне стопы. Это предотвратит появление плоскостопия и сформирует нормальное развитие ножных мышц.

Главная часть зарядки должна состоять из **упражнений**, выполняемых с нарастающей интенсивностью, которые укрепляют мышцы, суставы и сухожилия. В их число входят приседания, укрепляющие мышцы ног и спины, наклоны вперед/назад, укрепляющие мышцы спины и брюшного пресса, наклоны в стороны, способствующие укреплению боковых мышц туловища, махи руками и ногами, придающие суставам эластичность, а также отжимания, развивающие плечевой пояс и спину.

Заключительным этапом зарядки должна быть ходьба на месте, сопровождающаяся подниманием и опусканием обеих рук через стороны. Это успокоит сердцебиение и нормализует дыхание.

«Поделки из бисера»

Новогодние поделки из бисера выглядят нарядно и становятся ярким елочным украшением. Кроме традиционных шаров, которые можно сделать из пластиковых яиц от «киндер - сюрпризов», обклеив их бусинами, на елке будут красиво смотреться снежинки, ангелочки из бисера и другие фигурки.

Звезда из бисера

Проще всего сделать звездочку с базой в виде проволоки. Для этого необходимо отрезать кусок проволоки нужной длины, нанизать на нее бисер крупного размера и закрепить концы.



После можно приступать к формированию звезды. К верхней части звездочки привязывается веревочка, на которой игрушка будет висеть на елке. Чтобы звезда из бисера выглядела более празднично, можно украсить веревочку бантом из тонкой ленты тон в тон или любого другого цвета. В дополнение к такой звездочке можно изготовить каркасную елку, сердце и другие новогодние поделки из бисера.

Снежинки из бисера



Плетение снежинки из бисера не так сложно, как может показаться на первый взгляд. Первым делом нужно представить себе, какой вы хотели бы ее видеть.

Визуализация будущей снежинки из бисера поможет разработать точную схему плетения. Любая снежинка состоит из расходящихся лучей и нанизанных на них бусинок в виде фигурного узора. Минимальное число лучей – 5. Чем их будет больше, тем пушистее будет снежинка.



Перед плетением снежинки из бисера удобно сначала нарисовать ее на листе бумаги. Такой рисунок станет схемой работ. Для плетения берется проволока толщиной 0,2-0,4 мм. Для более плотного узора можно взять леску. В узоре можно использовать бисер различной формы и размеров.



Лучи удобнее всего выполнять из длинного стекляруса. Необязательно они должны быть прямыми. Эффектно выглядит вариант из ромбов. Для этого на проволоку нанизываются 4 бусины стекляруса, а ее концы перекручиваются между собой. Далее с каждого конца надевается еще по 2 бусины. Для создания «хвостиков» проволока фиксируется перед последней бисеринкой с каждой стороны. После с обеих сторон надевается по 1 стеклярусу и снова производится перекручивание проволоки. Так получается еще один ромб. Чередую между собой стеклярус различного размера можно сделать более привлекательную снежинку.

Подарок папе на 23 февраля

Футболка специально для папы — это очень милый подарок папе на 23 февраля, а сделать его очень легко и интересно. Конечно же не обойтись без помощи мамы, особенно, если ребенок не старше 5 лет. Идея раскрасить футболку для папы дает огромное поле для творчества, можно выбрать любую тематику, например папино хобби и нарисовать что-то на эту тему или написать фразу, например «Мой папа самый лучший» или «Я люблю тебя папочка». А можно просто оставить *отпечатки рук и ног* ребенка, как предлагаем, сделать мы, такая футболка оставит хорошую память, когда ваш ребенок подрастет.



Материалы:

- Футболка папиного размера
- Краски для ткани
- Маркер для ткани

Как сделать:



Положите футболку на ровное покрытие, лучше достаточно мягкое. Нанесите краску на руку.



Приложите ладонь к футболке, оставив след.



Можно оставить много следов рук или даже ног.



Продолжайте творить! Рисуйте новые детали и воплощайте вашу задумку.

Как только работа будет готова, дайте краске высохнуть и внимательно читайте инструкцию к краске, так как они бывают разные.

Веер из бумаги — Весенний букет своими руками

Цветочная поляна в виде веера из бумаги — это шаг в искусство для самых маленьких ребят. Всем родным, любимым и дорогим представительницам прекрасного пола делаем поделку к Международному Женскому Дню!

Такая поделка настолько элементарная в изготовлении, что ее сможет сделать самый маленький рукодельник или рукодельница.



Обеспечьте ребенка:

- ножницами с затупленными концами,
- клеем,
- белой бумагой,
- листиками цветной бумаги (обязательно должен быть зеленый цвет). Формат листа А4,
- фломастером, маркером, карандашом зеленого цвета,
- карандашом простым или ручкой.

Итак, приступим:

- займемся изготовлением веера — пышной основы — листьев букета. Нужен будет зеленый листик бумаги, сложите его гармошкой. Полученную, сложенную полосу согните пополам, ровно посередине. Две соприкоснувшиеся стороны сложите вместе и склейте, намазав их клеем. В результате получится сегмент в виде полукруга. Основа готова.



- Создаем бутоны цветов. Так как подарок приурочен к весеннему празднику, то мы решили украсить веер весенними цветочками: подснежниками, тюльпанами. Вы можете остановиться на тех цветах, которые любят мама, бабушка, тетя... (кому будет предназначен сюрприз).

Изображаем подснежники на белом листике бумаги и раскрашиваем фломастерами или карандашами. Ножницами вырезаем рисунки.



Тюльпаны рисуем на цветной бумаге красного цвета и так же вырезаем ножницами.

Приклеиваем цветы к зеленой основе. Все веер готов!



Свиной грипп

в России 2016

Свиной грипп (вирус H1N1) – осложненная форма гриппа, острое инфекционное заболевание, которое легко передается от человека к человеку воздушно-капельным путем. На начальной стадии имеет те же симптомы, что и обычный сезонный грипп. В России предыдущая вспышка свиного гриппа была в 2009 году – тогда за короткий промежуток времени вирус унес жизни более 700 россиян. В январе 2016 года зафиксирована новая вспышка этого заболевания. Эпидемия активно распространяется, количество человек, пораженных вирусом, неуклонно растет. Сейчас, как никогда важно знать, как максимально уберечь себя от возможности заболеть вирусом, какие симптомы у этого заболевания, а в случае, если вы уже заразились, какие меры предпринимать по лечению.

Свиной грипп: текущая ситуация в России, как распространяется вирус.

Сегодня можно с уверенностью говорить о том, что порог заболеваемости свинным гриппом в России в 2016 году (вирус H1N1) превышен в большом количестве регионов. Заболевание стремительно распространяется, школьные и дошкольные учреждения временно закрываются, массовые мероприятия проходят всё реже.

Симптомы (признаки) свиного гриппа.

Очень важно знать симптоматику заболевания свинным гриппом.

Так, Вы сможете вовремя диагностировать у себя вирус и начать лечение своевременно. При обнаружении у себя одного или нескольких симптомов необходимо немедленно обратиться к врачу! Именно несвоевременное лечение и попытки «сделать всё самому» приводят зараженных к летальному исходу. Симптомы гриппа могут не проявляться в течение 24-48 часов после заражения.



Итак, первичные симптомы заболевания свинным гриппом у взрослого человека:

- Повышение температуры тела (как правило, держится на уровне 39-40 градусов);
- Слабость, общее состояние организма – вялое;
- Мышечные боли, «ломка» тела;
- Рвота и тошнота;
- Нарушение стула;
- Одышка.

Самое страшное в свином гриппе: возможность развития осложнений. Самое распространенное осложнение свиного гриппа – воспаление легких.

Симптомы свиного гриппа у ребенка:

Маленький ребенок не может сказать, что он чувствует. Поэтому, если Вы видите у своего ребенка один из нижеперечисленных симптомов: немедленно вызывайте врача!

1. Дыхание у ребенка частое и затрудненное
2. Кожа приобрела легкий оттенок синевы
3. У ребенка пропал аппетит, нет желания пить
4. Постоянная вялость, сонливость
5. Ребенок перевозбужден, не хочет на руки
6. Одышка и усиленный кашель

Профилактика свиного гриппа у взрослых и детей

– «Лучшее лечение – это профилактика». Для того чтобы минимизировать риск заражения вирусом, необходимо соблюдать ряд очень простых правил:

- В осенний период – делать прививку от свиного гриппа;
- Избегать мест скопления большого количества людей. Если это не представляется возможным – надевайте маску
- Гигиена рук строго обязательно. Мойте руки с мылом как можно чаще
- Достаточно высыпаться
- Избегать стрессов
- Питание должно быть полноценным. Не забывайте о продуктах, богатых витаминами.
- Лук и чеснок помогут вам поддержать иммунитет. Как вариант, их можно засушить и носить с собой в течение дня.
- Пейте как можно больше жидкости!

Помните, что главное – крепкий иммунитет и необходимо поддерживать его на высоком уровне в течение всего года. Обильно питайтесь, хорошо спите, снабжайте организм всеми необходимыми микроэлементами, избегайте мест, где вы можете заразиться, и вирус наверняка пройдет мимо Вас!

**Лечение свиного гриппа —
чем лечить грипп?**

При появлении первых симптомах гриппа необходимо немедленно обратиться к врачу! Не стоит рисковать и заниматься самолечением — именно слишком позднее обращение за квалифицированной медицинской помощью и стало причиной большинства летальных исходов от заболевания свинным гриппом. Ниже будут даны рекомендации по первым действиям, которые желательно совершить при обнаружении симптомов гриппа, а также дана общая информация о том, как лечить данное заболевание.

**Список условий для быстрого
выздоровления:**

- Больной должен быть одет как можно теплее.
- В комнате, где находится больной должно быть слегка прохладно (~20 градусов Цельсия), а влажность должна быть средней (50-70%). Увлажнять воздух можно посредством протирания полов и мебели влажной тряпкой, а также проветриванием помещения.
- Ни при каких обстоятельствах не запикиваем в больного еду! Если сам больной изъявит желание поесть, то давать можно только жидкую пищу с большим содержанием углеводов.
- Больной должен как можно чаще пить воду (либо чай/морсы)! Чем больше — тем лучше!
- Необходимо закапывать больному солевые растворы в нос. Причем делать это так же часто, как и пить.

- Применение горчичников, окунание ног в горячую воду — всё это неэффективные средства.

Антибиотики при заболевании гриппом применять запрещено! Они не убьют вирус, а лишь повысят возможность заработать осложнение.

**Итак, в каких случаях
ОБЯЗАТЕЛЬНО вызывать
врача?**

1. У больного не происходит видимых улучшений состояние на протяжении четырех дней лечения.
2. Повышенная температура наблюдается даже через неделю после проявления болезни.
3. Было краткосрочное временное улучшение, после которого состояние вновь ухудшилось.
4. Бледность кожи и одышка у больного.
5. Кашель усиливается.
6. Применение жаропонижающих препаратов не помогают сбить температуру, либо делают это на короткий промежуток времени.

В заключение

Свиной грипп — один из самых опасных вирусов для человека. Им очень легко заразиться от другого человека, а течение болезни, в большинстве случаев, переносится тяжело. Самым разумным вариантом во время эпидемии гриппа будет применение максимального количества профилактических мер. Гораздо проще и легче не допустить болезни, чем потом справляться с последствиями. Занимайтесь укреплением своего иммунитета, носите маску, избегайте крупных скоплений людей, как можно чаще мойте руки, хорошо спите, ешьте,

и скорее всего, Вы сможете избежать заражения. В случае если Вы всё-таки заразились гриппом, не откладывайте! Немедленно обращайтесь к врачу за скорой помощью. Вы получите грамотную диагностику заболевания, к Вам будут предприняты эффективные меры по лечению. Во всяком случае, это будет намного эффективнее попыток «самоисцеления». Как показывает статистика министерства здравоохранения РФ, именно несвоевременное обращение за медицинской помощью к врачу зачастую является причиной летального исхода. Причина проста: человек пытается справиться с вирусным заболеванием самостоятельно, из-за неэффективных действий ситуация лишь ухудшается. В итоге, когда больному становится черезчур плохо, в голову всё же приходит мысль обратиться к врачу, но бывает слишком поздно — человек уже приобрел осложненную стадию заболевания. Поэтому, не играйте с огнем. Вирус H1N1 очень опасен и требует максимально серьезного подхода к профилактике и лечению. Примите к сведению все советы, данные в рамках этой статьи, внедрите их в свою жизнь, и напомним, эпидемия вируса свиного гриппа не затронет Вашу жизнь и жизнь Ваших близких.

Будьте здоровы!



Вика Р., 6 лет:

Я мечтаю о большой собаке, которая лаяла бы на тех, кто меня обижает.

Паша К., 6 лет:

А я мечтаю о том, чтобы мне хоть один раз на день рождения подарили телескоп. Очень хочу наблюдать за звездами.

Артем М., 6 лет:

Мечтаю быть создателем оружия, чтобы победить в войне с Украиной.

Что такое мечта?

Самые глобальные и порой несбыточные – это детские мечты. Малыши мечтают о том, чего у них нет, о том, кем они хотели бы стать в будущем, где побывать и что сделать. Детские мечты самые сильные и искренние. Они ничем не ограничены и не имеют пределов. Что такое мечта, как не самое сильное желание чего-то необыкновенного.

Мы выяснили, о чём же мечтают наши дети, какие самые заветные и сокровенные мечты у них есть.

Миша С., 5 лет:

Я мечтаю стать хоккеистом. Чтобы у меня была настоящая форма хоккеиста.

Саша Л., 6 лет:

Я мечтаю иметь большой красивый дом с балконом, бассейном и гаражом.

Арина Г., 6 лет:

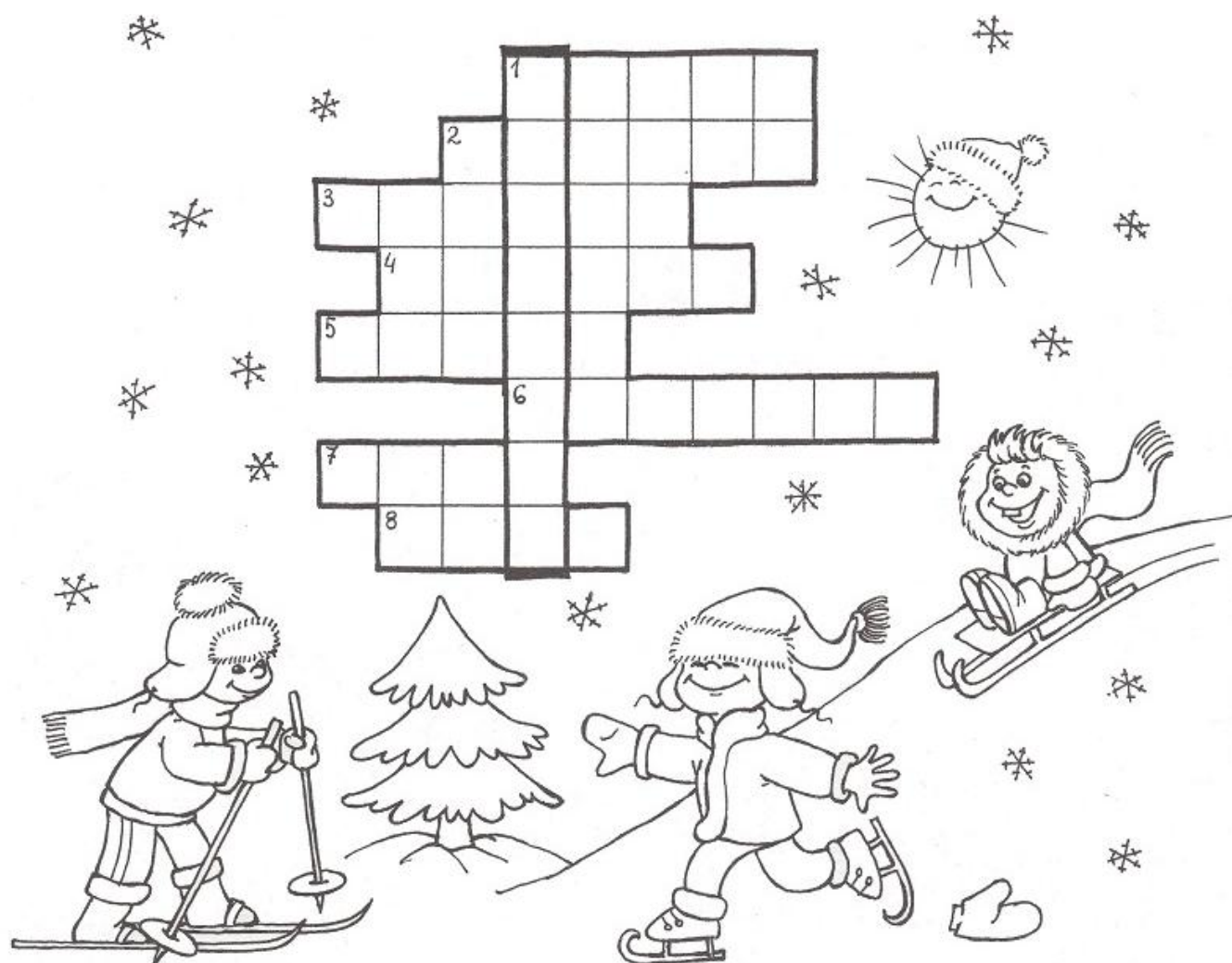
Хочу, чтобы мама была всегда-всегда весёлой.

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.

Отгадай кроссворд «Зимушка зима»



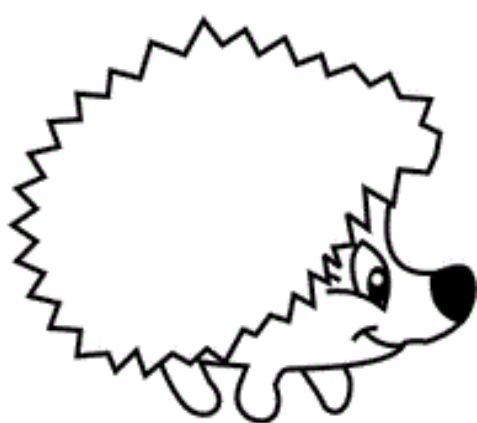
1. Зимняя повозка на полозьях.
2. Зимний месяц.
3. Сильный ветер со снегом.
4. Большая куча снега.
5. Ледяная площадка для катания на коньках.
6. Теплая рукавица.
7. Зимний вид спорта.
8. Дерево, которое украшают на Новый год.

В выделенных клетках по вертикали: фигура, слепленная из снега.

Найди отличия



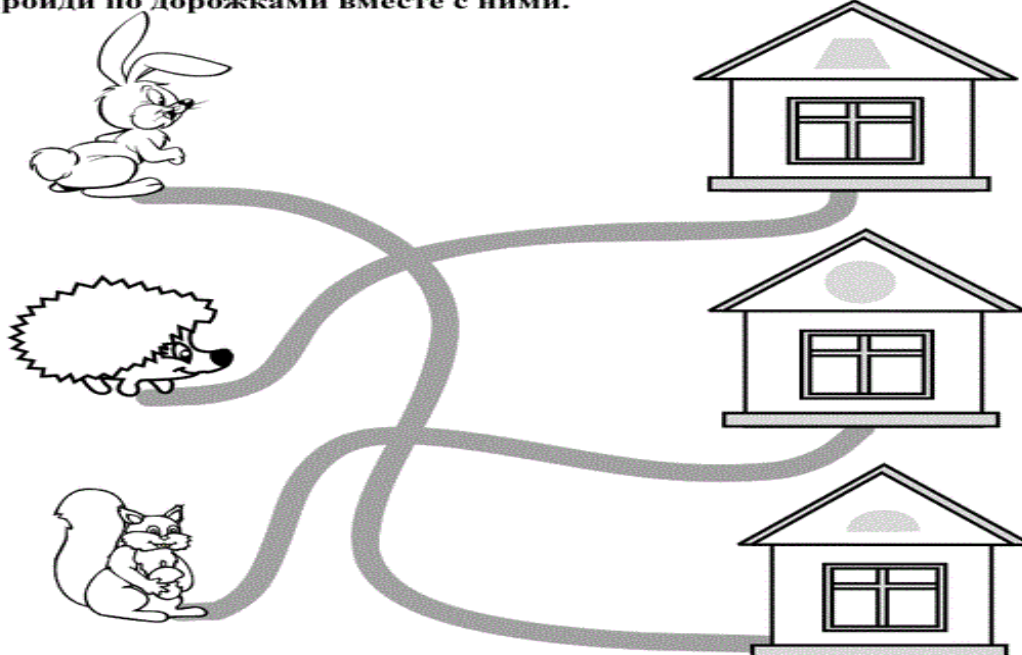
Посмотри внимательно на ежиков и скажи, чем они отличаются.



Найди и обведи в кружок лишний предмет



Кто из зверят в каком домике живет?
Пройди по дорожкам вместе с ними.



Главный редактор:

Зерова Светлана Владимировна – заместитель заведующей по ВиМР

Ответственные за выпуск:

Миронова Елена Владимировна – воспитатель,

Дмитриева Дарья Викторовна – музыкальный руководитель.

Корреспонденты:

Бутикина Юлия Викторовна – воспитатель

Дербенёва Юлия Николаевна – воспитатель

Овчинникова Мария Владимировна – воспитатель

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

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

Телефон: 31 – 41 – 35

Е-mail редакции: ds59@inbox.ru .

Сайт редакции: www.detsad59.ru

Дополнительная информация

Наша газета выпускается 1 раз в квартал.
Следующий номер газеты выйдет в июне 2016 г.

Редакция надеется на Ваши отзывы
и пожелания.

