



Познавательная газета для детей и их родителей

Солнечный зайчик



В этом выпуске:

- 1. Календарь памятных дат..... стр. 2
- 2. Обучение дошкольников ходьбе на лыжах..... стр.3
- 3. Воспитание у детей культуры поведения за столом.....стр.5
- 4. Как разговаривать с ребёнком о СВО и мобилизации папы.....стр.7
- 5. Пожарная безопасностьстр.9
- 6. Почитаем с мамой.....стр.10

Над выпуском работали:

Климычева М.В., старший воспитатель, Рузанова С.А.В., воспитатель, Петухова О.А., инструктор по физической культуре, Шапорева Е.Д., воспитатель, Гурьянова Т.В., воспитатель

*Январь — начало года,
 Силён его мороз.
 Уснула вся природа.
 Шеперь уж не до гроз.
 Под снежным покрывалом
 Покоится земля.
 В краю большом и малом
 Всё белые поля.
 Бери скорее санки,
 Из дома выбегай.
 Поедем спозаранку
 Кататься в снежный край.*

Автор: Керстен Т.

«КАЛЕНДАРЬ ПАМЯТНЫХ ДАТ»



Уважаемые родители!
Вам, как родителям, часто приходится задумываться над тем, что же ещё интересного и нового можно придумать, чтобы порадовать детей. Увидев в нашей

газете материал

«Календарь памятных дат»,

вы легко найдете много

поводов для познавательного

развития детей, для

проведения семейного досуга

и планирования совместной

деятельности в выходные.

Кроме общеизвестных

праздников существует масса интересных дат. В мире ежедневно

много поводов для создания радостного, праздничного настроения.



ЖЕЛАЕМ ХОРОШЕГО СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА!!

Обучение дошкольников ходьбе на лыжах

Целью нашего дошкольного учреждения является воспитание здорового



ребёнка - жизнерадостного, любознательного, устойчивого к неблагоприятным факторам внешней среды, выносливым, сильным.

И в зимний период «Лыжи» – одно из самых доступных дошкольникам спортивных зимних упражнений. Ходьба на лыжах – хорошее средство физического развития детей, закаливания, развития быстроты, выносливости, координации. Она способствует укреплению мышц туловища, рук и ног, связок голеностопных суставов, упражняет вестибулярный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы, развивает быструю ориентировку в пространстве и времени. Ритмичное длительное чередование напряжения и расслабления хорошо тренирует работоспособность сердечно-сосудистой и нервной системы, а влияние свежего воздуха особенно благотворно для деятельности органов дыхания. Лыжные занятия способствуют воспитанию морально – волевых качеств.

Условия обучения дошкольников ходьбе на лыжах.

Успех ребят на занятиях полностью зависит и от климатических условий. Лучше всего занятия проходят при температуре воздуха -8-12, полном безветрии и сухом, рассыпчатом снеге.

Продолжительность лыжных занятий в старшей группе 20-30 минут, в подготовительной 30-35 минут. Также продолжительность занятий зависит от степени овладения детьми двигательным навыком передвижения на лыжах.

Игры на лыжах.

"Пройди и не задень". Лыжные палки (6 шт.) расставить на расстоянии 2-2,5 м. друг от друга. Ребята идут между ними змейкой, огибая с правой и левой стороны. Пройти надо так, чтобы никто из детей не задел ни одну палку. Кто заденет, выходит из игры.

"Поменяй флажок". На одной стороне площадки несколько играющих.

Напротив каждого на расстоянии 10-20 метров по одному флажку разного цвета. По сигналу взрослого играющие одновременно должны пройти до флажков, взять один из них, поставить другой и вернуться обратно. **"Восьмерка"**. Обозначить на площадке цветными флажками восьмерки (диаметр не менее 3 метров). Играющие должны пройти по проложенной фигуре и не сойти с рисунка.

"Встречная эстафета". На расстоянии 50-60 метров друг от друга проложены параллельно две лыжни, напротив каждой команда из 3-4 детей. По сигналу ребенок бежит на лыжах, пересекая линию финиша, поднимает руку. После этого бежит следующий в команде.

Энергичные и сильные движения, которые делает лыжник во время передвижения на лыжах, способствуют усиленной работе всех органов и систем организма. Пребывание на свежем воздухе закаляет человека, повышает его устойчивость к инфекционным заболеваниям. Занимаясь регулярно лыжным спортом, дети развивают силу, выносливость, ловкость, умение быстро принимать решение. Считаю, что лыжные прогулки оказывают большой оздоровительный эффект и служат прекрасным средством восстановления душевных и физических сил, поэтому в свою деятельность по физической культуре включаю обучение детей ходьбе на лыжах и рекомендую делать это родителям.



Совет

Катайтесь на лыжах со своими детьми в выходные дни. Формируйте у своего ребенка привычку здорового образа жизни. Пусть с ранних лет ребенок полюбит движение, физкультуру, спорт, чтоб это стало его потребностью проводить свободное время, укрепляя себя физически.

Воспитание у детей культуры поведения за столом

Организация детского питания напрямую связана со столовым этикетом и решением воспитательных задач – формированием у детей культуры поведения за столом. Знакомство и овладение навыками столового этикета позволяет ребенку быть уверенным в себе.

Научить ребенка правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами, быть обходительными в застольном общении – задача, как воспитателя, так и родителей.

ЧТО ЖЕ ЭТО ЗА ПРАВИЛА?

1. За стол садятся не слишком близко к нему, не слишком далеко от него. Если сидишь слишком близко к столу, будешь налегать на него грудью, можешь запачкаться; если сядешь далеко, можно уронить пищу на колени, закапать одежду супом или соусом.

2. Нельзя также сидеть боком к столу: это не только неудобно, но и невежливо по отношению к другим.

3. Признаком неуважения к соседям по столу может оказаться и ваша манера сидеть на стуле: нельзя разваливаться или раскачиваться на стуле, сидеть надо как можно прямее.

4. Не кладите на стол локти. Во время вашей еды локти должны быть, как можно больше прижаты к телу, чтобы не мешать соседям.

5. Не принято читать за столом, вставать из-за стола, пока не закончили есть другие.

6. Дети должны получить разрешение старших на то, чтобы выйти из-за стола.

7. Считается неприличным есть «громко», дуть на горячую пищу, с шумом хлебать жидкое, чавкать, греметь ложкой, вилкой, ножом по тарелке.

8. Не полагается есть слишком быстро, наполнять рот большим количеством еды, разговаривать, когда во рту пища.



9. **ГОВОРЯ О СЕРВИРОВКЕ**, напомним: вилка кладется слева, а нож справа от тарелки. Мясо или птицу едят, держа вилку в левой руке, а нож - в правой. Вилку не переключают в другую руку, пока не будет съедено все блюдо.

10. Мясо отрезают по кусочку: съедите один – отрежьте следующий. Небольшими кусочками отрезают также и мякоть вареной или жареной курицы. Кусочки берут с тарелки вилкой и только, когда становится уже трудно срезать мякоть, можно взять косточку рукой.

11. Суп не едят с конца ложки. Доедая суп, тарелку наклоняют от себя.

12. Если подается компот с косточками или зернышками, выплевывать их надо осторожно в ложечку, поднося ее ко рту, а затем сбрасывать с нее косточки в тарелку, на которой была подана чашка для компота.

13. Нельзя тянуться за нужным вам предметом через весь стол, попросите, чтобы вам его передали.

14. Размешав сахар в стакане, выньте ложку и положите ее на блюдце. Пить с ложкой в стакане неудобно.



Как разговаривать с ребёнком о СВО и мобилизации папы.

Наступили времена, в которые мы никогда раньше не жили: тысячи мужчин со всех уголков России ушли защищать Донбасс, Луганск, Херсон и Запорожье. У мобилизованных дома остались матери, сестры, жены, дети... Все за них очень волнуются и переживают.

Однако психологи уверены, что самые уязвимые в сегодняшней ситуации даже не женщины, а дети. Родители стараются уберечь их от лишней информации, но общая тревожность им все равно передается. И у детей возникает масса вопросов, на которые мы, взрослые, должны дать правильные ответы.

Во время беседы о мобилизации необходимо ориентироваться на возраст ребенка, на его характер и на то, что ребенок уже знает о текущей ситуации. С подростком можно обсудить тему более подробно, с дошкольниками и младшими школьниками – короткими предложениями.

Обязательно нужно обсудить вопрос отъезда папы, если ребенок стал беспокойным или вы знаете, что кто-то другой может сообщить ему известие о мобилизации. Лучше сделать это родителям и не ждать, когда ребенку расскажут «добрые люди».

УБЕДИТЕСЬ, ЧТО РЕБЕНОК ВСЕ ПОНЯЛ.

Главная цель разговора – не напугать ребенка еще больше, а дать ему ощущение безопасности и опоры на взрослого. Если ребенок в семье не один, то, возможно, с кем-то из детей стоит поговорить отдельно. Может быть, он чувствительный меланхолик и родитель должен почувствовать, как лучше это сделать.

Давайте только факты, без лишних подробностей. Ни в коем случае не стоит вываливать на ребенка все, что мы читаем и слышим о спецоперации. Нельзя говорить ему о количестве убитых или обсуждать причины конфликта.

Маленькому ребенку нужно помочь назвать ту эмоцию, которую он испытывает после этой новости: «Ты сейчас испугался, расстроился, так бывает».

Постарайтесь ответить на все его вопросы. А если после этого разговора ребенок начнет плакать, не нужно его сразу же развлекать: «Пойдем, поиграем». Обнимите его и дайте несколько минут проплакаться.

Если подросток во время разговора начнет задавать сложные вопросы, его нужно выслушать, сделать паузу и если не знаешь ответа, то так и сказать: «Я не знаю, что тебе на это ответить. Давай попробуем вместе в этом разобраться или найдем где-нибудь помощь».

ПООБЕЩАЙТЕ, ЧТО СПРАВИТЕСЬ ВМЕСТЕ.

В семьях, чьи отцы отправились защищать Донбасс, меняется привычный уклад жизни. Обсудите с ребенком, что может измениться в вашей семье после мобилизации папы. К примеру, он возил ребенка в детский сад (школу). Обсудите, что, возможно, сейчас вам придется отказаться от запланированной поездки или покупки, но пообещайте ребенку постараться сделать все необходимое, чтобы ему было комфортно.

Также старайтесь сохранять то, что ребенку было привычно в семейной жизни: совместные прогулки, обеды по выходным. Только пока они будут проходить без папы. Еще важно обеспечить ребенку в это тревожное время полноценный сон и отдых.

Поддерживайте ребенка в это непростое время можно самыми простыми способами: выделять ему время и инициировать общение. С малышами читайте сказки, лепите, рисуйте.

Ребенок постарше может замкнуться, но нужно подходить к нему, улыбаться, спрашивать его о чем-либо. Важен и тактильный контакт: можно похлопать по плечу, сделать массаж, погладить по голове, побороться по-дружески, с малышами посидеть «в домике» или просто найти то, за что ребенка можно похвалить.

А если станет невмоготу, и ребенок все-таки увидит ваши слезы, объясните ему, что вам стало очень грустно, но не сбрасывайте груз проблем на него, ему это не по плечу, а лучше позвоните психологу.

КАКИЕ ФРАЗЫ ИСПОЛЬЗОВАТЬ В РАЗГОВОРЕ:

Постоянно держим в голове, что задача разговора с ребенком – успокоить, а не напугать!

Слова могут быть такими: «Между двумя странами происходит конфликт. Взрослые стараются решить его. Наш папа тоже хочет в этом помочь. Мы надеемся, что скоро это закончится, но пока нашего папы с нами не будет, он будет там. Мы постараемся быть с ним на связи, мы знаем, что не только мы, но и он нас очень любит. Пока папа в отъезде, я всегда буду рядом с тобой, вместе мы справимся».



Пожарная безопасность

С 4 по 10 февраля 2023 г. в нашем детском саду проводились мероприятия, направленные



на обеспечение безопасности несовершеннолетних и профилактику возникновения пожаров.

Цель: Обобщить и углубить представления детей о пожарной безопасности (знания детей об опасных ситуациях, окружающих их в доме, на улице, в лесу; знать какой



вред приносят игры с огнем), уточнить знания о работе

пожарных, правила поведения при пожаре.



В каждой группе с детьми были проведены: беседы "Детям спички не игрушка", "Как вести себя во время пожара", "Кто такой пожарный. Помощники пожарного"; дидактические игры "Как поступить правильно?", сюжетно-ролевая игра "Пожарные спешат

на помощь"



Уважаемые взрослые, почитайте детям сказку. Польза сказок для детей в том, что такие истории не только позволяют увлекательно провести время, но и учат

различать добро и зло. Детская литература помогает малышам понять, что значит быть человеком, почему нужно и важно беречь природу и животных. Ежедневное чтение прекрасно развивает воображение и мышление.

Сказка «Почему зима приходит?»

Автор: Ирис Ревю

А, правда, почему зима приходит? Почему становится холодно, морозно, животные меняют свои шубки на более пушистые, и мы одеваемся теплее? У Природы давно есть ответ на этот вопрос. Пора его узнать, а заодно выслушать и другие мнения. Сказка «Почему зима приходит» — из клубка зимних сказок.

Почему Зима приходит? Не все жители Изумрудного леса это знали.



Было не понятно, почему чудесная теплая погода вдруг меняется на холодную, студеную.

Сорока Меркуза говорила, что ничего удивительного в этом нет. Она открыла тайну, что старуха-Зима давно дружна с Бабой-Ягой, и хозяйка холодов время от времени приходит к ней в гости. А заодно приносит с собой метели и вьюги. Белка

Пиона считала, что Зима приходит потому, что она любит путешествовать и время от времени задерживается в некоторых местах.

А старая лиса Хитровановна утверждала, что Зима приходит потому, что её зазывает медведь, царь лесов, Михайло Михайлович. А приглашает он ее потому, что надо ему, наконец, выспаться! А спать сладко он может только зимой.

Ученики Лесной школы, рысенок Чики и лисенок Фатьян, только подсмеивались над этими утверждениями. Они твердо знали, что приход Зимы связан с тем, что Земля вращается вокруг Солнца, и ещё она наклонена особым образом. Из-за этого в разные периоды времени Земля по-разному освещается Солнцем. И получается в одни периоды тепло, а в другие холодно.

Мышонку Микуше очень нравилось это объяснение учеников Лесной школы.

Они говорили так красиво и убедительно! Но мышонок был ещё маленький и не до конца понимал то, на чем настаивали Чики и Фатьян. У него была своя, особая точка зрения.

Микуша знал, что именно в холодное время бывает Новый Год!

И поэтому приходит Зима! Она приводит с собой Новый Год! А Новый Год был самым любимым праздником Микуши. Когда еще получишь столько подарков?

Но мышонок никому не рассказывал, почему приходит Зима...

Сказка «Какая бывает зима»

Автор: Михаил Пляцковский

Спросили однажды у Слона:

- Какая бывает зима?
- А что это такое? — удивился Слон. Спросили однажды у Северного

Оленя:

- Может быть, ты ответишь, какая бывает зима?»

— Зима бывает очень долгая», — сказал Олень. — Она у меня на родине длится целый год. А когда год кончается, то зима начинается снова. Спросили однажды у Красногрудого Снегиря:

- А по-твоему, какая бывает зима?
- Зима бывает трудная, — пропищал в ответ Снегирь. — Хорошо если не позабудут насыпать хлебных крошек в кормушки. А если забудут, то где их найдёшь? Спросили однажды у Рыжей Дворняжки:

- Наверное, ты знаешь, какая бывает зима?
- Бр-р-р! Холодная! — не задумываясь пролаяла Собака. — Хорошо ещё, если конура есть! В ней погреться можно. Спросили однажды у медведя:

- А ты что думаешь, Топтыгин? Какая бывает зима?
- А чего про неё говорить-то? — пробурчал медведь. — Ведь зима бывает короткая — тянется всего одну ночь! Заснёшь в берлоге зимой, а проснёшься, глядишь, уже — весна. Спросили однажды у Мальчишки:

- Ну-ка, скажи ты: какая бывает зима?
- Зима бывает весёлая! — крикнул Мальчишка. — Зимой все катаются на санках, на лыжах и на коньках! А ещё — играют в снежки!

Вот такая бывает зима!

