

МАДОУ №20

Журнал для родителей гр. «Гномики»



Тема выпуска:

- **НАСТУПИЛО ЛЕТО.**
- **ОТДЫХ С РЕБЕНКОМ ЛЕТОМ.**
- **КАК ИНТЕРЕСНО ОРГАНИЗОВАТЬ ОТДЫХ РЕБЕНКА ЛЕТОМ.**
- **ИГРЫ С ДЕТЬМИ НА ОТДЫХЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД.**
- **ОТКРЫТОЕ ОКНО – ОПАСНОСТЬ ДЛЯ РЕБЕНКА!**

Материал подготовили: Коншина Ирина Викторовна

Клейменова Надежда Михайловна

ИЮНЬ 2021

Наступило лето.

Лето – это благоприятный период для общения ребенка с природой. **Летом** ребенок может вдоволь попрыгать, побегать и поваляться на детской площадке.

Лето не только время путешествий, но и наиболее благоприятная пора для отдыха, закаливания и оздоровления детей. Поэтому очень важно, чтобы **родители** с наибольшей пользой распорядились этим драгоценным временем. Вместе с тем возникает немало вопросов, как это лучше сделать.

Лето - время для закаливания

Основные закаливающие способы доступны всем — это солнце, воздух и вода.

Основные правила закаливания детей:

- закаливающие процедуры необходимо проводить систематически;
- сочетайте их с физическими упражнениями и массажем;
- увеличивайте время проведения процедуры постепенно, начиная от нескольких минут;
- одежда и обувь ребенка должны соответствовать температуре воздуха, быть из натуральных материалов;
- лучше всего проводить закаливающие процедуры в форме игры и развлечения.

Самый простой способ закаливания являются воздушные ванны.

Наиболее эффективным способом укрепления иммунитета детей дошкольного возраста считается закаливание водой.

Начинать купаться в природных водоемах ребенку можно в тихую погоду без ветра, при температуре воздуха не ниже +25° и воды +23°. Лучшее время для начала купания — около полудня, когда прогреваются и вода и воздух, а контраст в температурах минимальный. Очень важна последовательная подготовка ребенка. Сначала — обтирание мокрым полотенцем, затем умывание прохладной водой, летний душ, а потом уже купание.

Если ребенок перекупался, его знобит, нужно быстро и энергично растереть ему тело мягким махровым полотенцем и дать выпить теплого чая.

Серьезно нужно отнестись к выбору водоемов для купания, поскольку многие из них могут оказаться очагами инфекции. Специалисты рекомендуют море, дикие чистые озера или реки. Беспроигрышный вариант — обзавестись дачным бассейном. Начинать посещать городской бассейн тоже лучше всего **летом**, чтобы к осени малыш имел возможность адаптироваться.

Для укрепления здоровья эффективным может быть и массаж стоп. Отличная закаливающая процедура — ходьба босиком по песку, гальке, дорожке или траве. Неровная поверхность будет воздействовать на множество нервных окончаний, что положительно повлияет на состояние различных органов и систем, прежде всего верхних дыхательных путей, защитит от плоскостопия. Не запрещайте ребенку получать этот естественный массаж, просто предварительно убедитесь в том, что нет осколков или других предметов, о которые можно пораниться. Специальная дорожка, предназначенная для массажа стоп, будет хорошим решением.

Летом родители должны не просто гулять с ребенком, а сочетать игры и прогулки с ненавязчивым обучением. **Лето** для детей таит в себе богатые возможности, о которых можно только мечтать в иное время года. **Лето – это пора отдыха**, приключений и увлечений для детей дошкольного возраста.



Маленький зайчонок улыбнулся маме:
Я тебя люблю вот так! - и развел руками.
А вот как я тебя люблю! - мать ему сказала,
Развела руками и тоже показала.

- Это очень много, - прошептал зайчишка,
- Это очень, очень много, много, но не слишком.

Он присел и прыгнул, высоко, как мячик
Я тебя люблю вот так! - засмеялся зайчик.
И тогда ему в ответ, разбежавшись, лихо,
- Вот как я тебя люблю! - подпрыгнула зайчиха.

- Это очень много, - прошептал зайчишка,
- Это очень, очень много, много, но не слишком.

- Я тебя люблю вот так! - зайчик улыбнулся
И на травке-мураве перекувырнулся.
- А вот как я тебя люблю! - мамочка сказала,
Кувыркнулась, обняла и поцеловала.

- Это очень много, - прошептал зайчишка,
- Это очень, очень много, много, но не слишком.

- Видишь, дерево растет, возле речки прямо?

Я тебя люблю вот так! - понимаешь, мама.
А у мамы на руках видно всю долину.
- Вот как я тебя люблю! - мать сказала сыну.

Так прошел веселый день, в час, когда смеркалось,
Желто-белая луна в небе показалась.
Ночью детям нужно спать даже в нашей сказке.
Зайчик маме прошептал, закрывая глазки:

- От земли и до луны, а потом обратно -
Вот как я тебя люблю! Разве не понятно?..

Подоткнув со всех сторон зайке одеяло,
Тихо-тихо перед сном мама прошептала:

- Это очень-очень много, это так приятно,
Когда любят до луны, а потом обратно!



Автор [Елена Старишко](#)

Отдых с ребенком летом.

Лето прекрасное время года. Долгожданный отдых - это заслуженная награда за долгие дни работы, быта, заботы. Семейный отдых – это максимально возможное количество времени, которое вы можете уделить своему ребенку. Для ребенка – это долгожданное событие, которое он тоже ждал весь год.

Чтобы отдых принес только удовольствие вам и вашему ребенку постарайтесь соблюдать некоторые правила:

- Если вы решили заниматься со своим ребенком, помните, что эти занятия должны быть короткими и проводить их лучше в утренние часы. Ваша задача расширять кругозор детей, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка.
- Следует помнить, что выезжая за город, или путешествуя по миру, следует обсуждать с ребенком полученные впечатления.
- Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и компьютера, проводите все свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол. Лето – это укрепление здоровья ребенка и от того как он отдохнет во многом зависит его здоровье весь следующий учебный год.
- Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребенок должен спать не менее 10 часов.
- Следите за питанием ребенка. Мороженое, газировка, фаст-фуд не принесет здоровья вашему ребенку.
- Выбирайте только те виды отдыха, которые устроят вас и вашего ребенка.
- Планируя экскурсию на отдыхе, обсудите с ребенком заранее, как он к этому относится, если реакция негативна, попробуйте найти компромисс. Попробуйте найти другую экскурсию, которая интересна и вашему ребенку. Советуйтесь с ребенком, будьте внимательным слушателем, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения (внимание, уважение, понимание).
- Собираясь на отдых с компанией, старайтесь брать людей своего круга, которые разделяют ваши интересы, со схожими материальными уровнями. Оптимально ехать на отдых со схожим составом семьи.

Помните:

Отдых – это хорошо. Неорганизованный отдых – плохо!

Солнце – это прекрасно. Отсутствие тени – плохо!

Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо!

Экзотика – это хорошо. Заморские инфекции – опасно!

Впереди у вас три месяца летнего отдыха. Желаем вам интересного лета, хорошего настроения, здоровья и отличного отдыха!



«Как интересно организовать отдых ребёнка летом»

«**Лето** - это маленькая жизнь» - так красиво и точно сказано в известной песне Олега Митяева. Однако эту «маленькую жизнь» необходимо правильно обустроить, наполнить важными, **интересными и**, конечно, полезными для ребенка занятиями.

Летом некоторые родители отправляются вместе со своими детьми за новыми впечатлениями в экзотические страны, кто-то проведёт солнечное **лето за городом**, на даче, а кто-то останется в городе. Информация о том, как развивать **ребёнка летом**, что нового и **интересного можно с ним узнать**, в какие игры поиграть, какие маленькие открытия совершить, необходимо каждой семье.

Лето - это подходящее время для развития и воспитания детей и важно не упустить те возможности, которые оно предоставляет. Разнообразная деятельность и новые впечатления ждут **ребёнка и в родном городе**, и за его чертой, поэтому нужно подготовиться к активному познавательному совместному **отдыху с детьми**, в процессе которого так важно замечать необычное в простом: сверкание росы под утренним солнцем, краски вечернего заката, загадочность летнего звёздного неба, завораживающие звуки леса. При этом нужно не только увидеть **интересное явление**, но и суметь объяснить его **ребёнку**. Другой не менее важной задачей является воспитание экологической культуры. Летняя природа привлекает детей, но незнание правил поведения может нанести вред, как **ребёнку**, так и природе. **Родителям** целесообразно познакомиться с игрой «**Светофор природы**». Для проведения игры нужно отобрать ситуации по трём блокам в соответствии с цветами светофора: - красный - символизирует вред, наносимый природе; - жёлтый — нейтральный, вреда не наносим, но и пользы от наших поступков нет; - зелёный - действенная помощь природе.

Летом не забудьте обратить внимание на развитие творческих способностей детей. Предлагаем Вам комплекс заданий, из которых можно выбрать подходящее в соответствии с условиями и желаниями. Это такие задания, как: - провести наблюдение за муравьями и другими насекомыми, а затем изготовить совместно с **ребёнком** рукописную книгу об их жизни («**В гости к маленьким друзьям**»); - создать альбом о правилах поведения в природе («**Наши маленькие помощники**»); - провести экскурсии в природу («**В гости к белым берёзам**», «**Травка, кустик, деревце**», «**Летний бал цветов**» и др.); - изготовить с детьми из

бросового материала (*коробок*) фотоаппарат и «сфотографировать» замеченное **ребёнком явление или объект**, а фотографиями будут рисунки, выполненные детьми после прогулки; - прочитать детям рассказы В. Бианки, М. Пришвина и других авторов, найти описанное в природе и отразить содержание рассказа и наблюдений в рисунках; - провести с **ребёнком** наблюдение за сельскохозяйственным трудом, поучаствовать в нём вместе с **ребёнком**, а результаты отразить в лепке, аппликации, **конструировании из бумаги** («*Наш урожай*»); - обратить внимание **ребёнка на прекрасное и интересное в природе**, сфотографировать, подобрать стихотворение или строчки из рассказа, сказки, соответствующие изображению; - создать рукописную книгу «*Как я провёл лето*»; составить с детьми гербарий и т. д.

Уважаемые родители, помните, что естественные силы природы оказывают благоприятное влияние на **организм только в том случае**, если их правильно используют, без злоупотреблений. Поэтому роль взрослых и заключается именно в том, чтобы приучать детей с самого раннего возраста сознательно следовать правилам безопасного поведения, особенно в период летних каникул.

Чтобы летний **отдых** ваших детей проходил активно и в то же время безопасно, следует придерживаться элементарных правил. Солнце — не только источник тепла и света, под воздействием солнечных лучей в **организме** образуется витамин Д, необходимый для роста и развития **организма** и защиты его от различного рода инфекций. Однако долгое пребывание под прямыми лучами солнца, особенно при температуре воздуха более 25 градусов может вызвать тепловой удар (*перегревание организма*) и солнечный удар (раздражение нервных центров при воздействии солнечных лучей на непокрытую голову). **Ультрафиолетовая** часть спектра солнечных лучей угнетает иммунитет, активизирует **родинки на теле**, вызывает солнечные ожоги. Чтобы этого избежать: с 10 до 17 часов не следует находиться под прямыми солнечными лучами; обязательно покрывать голову платком или шляпой; находиться у моря, которое вызывает дополнительное **ультрафиолетовое облучение**, отражая солнечные лучи, желательно утром с 7-00 до 10-00, а вечером — после 17.00.

Купание в море - самый приятный и эффективный вид закаливания. При плавании включаются в работу все виды мышц, укрепляется нервная, дыхательная и сердечно -сосудистая системы. Но не следует забывать о постепенности и осторожности. Для неподготовленного человека, тем более ребенка, вода для первых купаний должна прогреться хотя бы до - 22 градусов, продолжительность первого купания должна быть не более

2-4 минут, только после нескольких дней игры в воде можно продлить до 10 минут. Переохлаждение **организма** — одна из основных причин несчастных случаев. Многие любят **отдыхать** на пляжах за пределами города и совершают к намеченному месту **отдыха пешие походы**. Однако именно этот вид **отдыха** предъявляет повышенные требования к соблюдению правил безопасности: - если в зоне намеченного **отдыха** вы заметили информационно- предупредительные знаки «*Небезопасно — обвал*», «*Купание запрещено*», необходимо поменять место **отдыха**; - не прыгайте в воду с берега или со склона в незнакомом месте. Соблюдая эти простые правила, вы сможете уберечь себя и своих близких от многих неприятностей, а летний **отдых** принесет вам и вашим детям радость и здоровье.

«Игры с детьми на отдыхе в летний период»

Игры с **родителями** — это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают **родителей и детей**. Ваш ребенок придет в восторг, когда увидит серьезного папу, весело играющего в мяч. Для дошкольника «игра — единственный способ освободиться от роли ребенка, оставаясь ребенком». Для взрослого - «*единственный способ стать снова ребенком, оставаясь взрослым*». Отправляясь на **отдых с детьми за город**, с компанией, на забывайте взять с собой необходимые атрибуты для игры, это могут быть мячи, ракетки, а также многое другое, на что хватит выдумки. Во что же можно поиграть с ребенком, чтобы это доставило радость вам и вашим детям? Выбирайте те игры, которые доступны вашему ребенку. Учитывайте, что у детей быстро пропадет увлечение, если они не испытывают радость победы. Вспомните игры, в которые вы играли в детстве, научите этим играм своего ребенка. Это доставит огромное удовольствие и ему, и вам, воспоминания детства очень приятны! Попросите ребенка познакомить вас с играми, в которые он играет в детском саду со своими сверстниками. Будьте внимательным слушателем, ведь это самые ценные минуты вашего общения. Кроме отличного настроения игры способствуют улучшению взаимоотношений в семье, сближают детей и **родителей**. Предлагаем вам некоторый перечень игр, которые вы можете использовать с детьми во время летнего **отдыха**.

Игры с мячом

«Съедобное – несъедобное»

Это одна из древних игр. Ее правила довольно просты. Игроки стоят в ряд, ведущий кидает мяч по очереди каждому из игроков, при этом произносит какое-нибудь слово. Если слово «съедобное», игрок должен поймать мяч, если «несъедобное» - оттолкнуть. Если игрок ошибается, то он меняется местами с ведущим.

«Назови животное»

Можно использовать разную классификацию предметов (*города, имена, фрукты, овощи и т. д.*). Игроки встают по кругу и начинают передавать мяч друг другу, называя слово. Игрок, который не может быстро назвать слово, выбывает из игры. Играя в такую игру, вы расширяете кругозор и словарный запас своего ребенка.

«Догони мяч»

Если у вас на **отдыхе оказалось два мяча**, можно поиграть в эту игру. Правила очень просты. Игроки передают по команде мяч друг другу, стараясь, чтобы один мяч не догнал другой.

«Проскачи с мячом» (*игра-эстафета*)

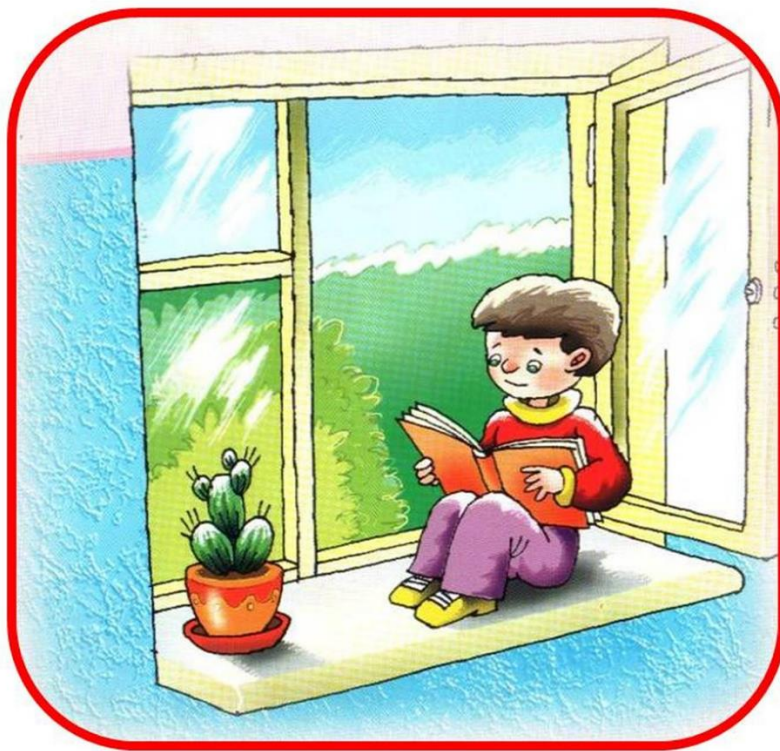
Игроки делятся на две команды. У каждой команды по мячу. Поставьте первыми в команде детей. Определите место, до которого необходимо «доскакать». По команде игроки начинают прыгать с мячом, который зажат между коленями. Выигрывает команда, которая быстрее справилась с заданием, не уронив мяч.

«Вышибалы»

Игроки делятся на две команды. Одна команда встает посередине, другая команда с мячом встает с двух сторон. Команда с мячом старается попасть мячом, «вышибить» игроков из центра. Потом команды меняются местами. Это совсем небольшой перечень игр с мячом, которые вы можете провести с детьми на **отдыхе**. Фантазируйте, придумывайте свои игры, и вам обеспечено хорошее настроение. Также можно использовать и многое другое для совместных игр. Если вы **отдыхаете в лесу**, посмотрите вокруг, наверняка вы найдете там шишки.

Устройте соревнование. «Кто больше соберет шишек». Проведите игру «Самый ловкий». Найдите пенек и поставьте на него пластиковую бутылку. А теперь постарайтесь сбить ее шишкой на расстоянии. Используйте для игр желуди, камешки, веточки, фантазируйте вместе с детьми. Познакомьте детей с русскими народными играми: «Горелки», «Чехарда». Вспомните игры в которые играли сами в детстве: «Садовник», «Краски», «Бабушка, нитки запутались», «Жмурки». Ваш ребенок будет в восторге, а вы снова окажитесь в детстве. Отличное настроение обеспечено и вам, и вашему ребенку.

**Уважаемые родители!!!
Открытые окна - опасность
для ребенка!
Берегите своих детей!!!**



**Помните, что открытое окно, даже с
москитными сетками - ЭТО ОПАСНО!!!**

Открытое окно — опасность для ребенка!

Современное окно стало причиной несчастных случаев с детьми — ежегодно с наступлением весны отмечается рост несчастных случаев, которые связаны с выпадением маленьких детей из окон. Как подтверждает медицинская статистика, через клинические больницы, которые специализируются на детском травматизме, ежегодно проходят десятки людей, выпавших из окон. В большинстве случаев дети получают тяжелую сочетанную травму, которая сопровождается черепно-мозговыми травмами, повреждением центральной нервной системы, конечностей, костей, внутренних органов (разрывом селезенки и печени), что требует длительного лечения и восстановления, которое может исчисляться неделями, а то и месяцами.

Основные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь и здоровье детей:

- ребенок не может находиться без присмотра в помещении, где открыто настежь окно или есть хоть малейшая вероятность, что ребенок может его самостоятельно открыть;
 - фурнитура окон и сами рамы должны быть исправны, чтобы предупредить их самопроизвольное или слишком легкое открывание ребенком;
 - если оставляете ребенка одного даже на непродолжительное время в помещении, а закрывать окно полностью не хотите, то в случае со стандартными деревянными рамами закройте окно на шпингалеты и снизу, и сверху (не пренебрегайте верхним шпингалетом, так как нижний довольно легко открыть) и откройте форточку;
 - в случае с металлопластиковым окном, поставьте раму в режим «фронтальное проветривание», так как из этого режима маленький ребенок самостоятельно вряд ли сможет открыть окно; нельзя надеяться на режим «микропроветривание» на металлопластиковых окнах — из этого режима окно легко открыть, даже случайно дернув за ручку;
- не пренебрегайте средствами детской защиты на окнах:
металлопластиковые окна в доме, где есть ребенок, просто необходимо оборудовать специальными устройствами, блокирующими открывание окна;

— воспитывайте ребенка правильно: не ставьте его на подоконник, не поощряйте самостоятельного лазания туда, строго предупреждайте даже попытки таких «игр»;

— объясняйте ребенку опасность открытого окна из-за возможного падения.

ПОМНИТЕ! Только бдительное отношение к своим собственным детям со стороны вас, родителей, поможет избежать беды!

Проверьте прямо сейчас, где находятся ваши дети!

Уважаемые родители!

Запомните 7 правил, чтобы не допустить нелепой гибели вашего ребенка!

1 ПРАВИЛО: Не оставлять окно открытым, поскольку достаточно отвлечься на секунду, которая может стать последним мгновением в жизни ребенка или искалечить ее навсегда.

2 ПРАВИЛО: Не использовать москитные сетки без соответствующей защиты окна. Ребенок видит некое препятствие впереди, уверенно упирается на него, и в результате может выпасть вместе с сеткой, которая не рассчитана на вес даже годовалого ребенка.

3 ПРАВИЛО: Не оставлять ребенка без присмотра, особенно играющего возле окон и стеклянных дверей.

4 ПРАВИЛО: Не ставить мебель поблизости окон, чтобы ребенок не взобрался на подоконник.

5 ПРАВИЛО: Не следует позволять детям прыгать на кровати или другой мебели, расположенной вблизи окон.

6 ПРАВИЛО: Тщательно подобрать аксессуары на окна. В частности, средства солнцезащиты, такие как жалюзи и рулонные шторы должны быть без свисающих шнуров и цепочек. Ребенок может с их помощью взобраться на окно или запутаться в них, тем самым спровоцировать удушье.

7 ПРАВИЛО: Установить на окна блокираторы, препятствующие открытию окна ребенком самостоятельно.