

ДОШКОЛЕНОК

Уважаемые читатели!

У Вас в руках первый номер нашей газеты ДОШКОЛЕНОК

Тема номера:



Читайте в номере:

- ✓ Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!
- ✓ Развивающая игротека дошкольника.
- ✓ Экскурсии и отдых с друзьями.
- ✓ Совместные беседы.

Лето, наверное, самое долгожданное время года для каждого человека, в том числе и детей. Мы все мечтаем о теплых солнечных днях, когда сможем отправиться на дачу или в путешествие. Наши детки не исключение, они тоже устают от своей маленькой работы – детского сада. И перед родителями в этот период стоит очень ответственная задача по организации досуга дошкольника летом. Мы хотим предложить Вам интересную и полезную информацию, о том, как провести совместно с

детьми увлекательное и веселое лето. Надеемся, что наши советы окажутся полезными.



Солнце хорошо, но в меру

Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Это касается и самых маленьких – грудных детей. Однако, самая большая опасность – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна. **До 3 лет** световоздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев. При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка.

Уже с 1,5 летнего возраста световоздушные ванны ребёнок может принимать в одних трусиках. Продолжительность первой такой ванны – 5 минут, затем время постепенно увеличивается. Такие ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. *Лучшее время проведения – с 9 до 12 часов, на юге – с 8 до 10 часов.* Каждую световоздушную ванну лучше всего заканчивать водной процедурой.

Солнечные ванны в сочетании со световоздушными ваннами, а также водными процедурами оказывают прекрасное укрепляющее действие. Дети становятся устойчивее к гриппоподобным заболеваниям, нежели те ребята, которые мало загорали.



Осторожно: тепловой и солнечный удар! Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. *При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге. Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.*

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей. Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма световоздушных ванн.

При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном односторонние. Это – головокружение, слабость, головная боль. У малышей часто отмечается расстройство кишечника. В таких ситуациях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребёнка в тень, смочить голову и грудь холодной водой, на переносицу положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребёнку попить и успокойте его.



Купание – прекрасное закаливающее средство

Купаться в открытых водоёмах можно, начиная с двух лет. Место для купания должно быть неглубоким, ровным, с медленным течением. Прежде чем дать ребёнку возможность самостоятельно войти в воду, необходимо убедиться в том, что в данном месте нет ям, глубокой тины, коряг, острых камней. В воде вместе с ребёнком обязательно должен находиться взрослый.

При купании необходимо соблюдать правила:

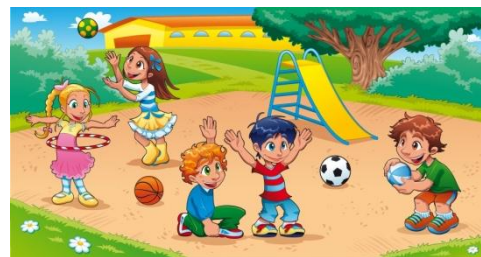
- ✚ Не разрешается купаться натощак и раньше чем через 1-1,5 часа после еды
- ✚ В воде дети должны находиться в движении
- ✚ При появлении озноба немедленно выйти из воды
- ✚ Нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.



Играем в песке Песок не пропустит не один ребенок. И это очень полезно для моторики рук. Что только не происходит в песочнице: строятся замки, туннели, проезжают машины, лепятся пирожки, возводятся башни-великаны. Игры с песком могут развивать не только маленькие пальчики, но и логическое мышление, память, внимание. Когда лепим куличики – находим самый большой, самый маленький. Дети старшего возраста могут лепить целые города, используя подручные средства (детали конструктора, ракушки, палочки, фантики и т.д.)

Играем с мячом Возьмите с собой на прогулку мяч. Игры с мячом развивают у ребенка зрительно-моторную координацию. Мяч можно

бросать друг другу, скатывать с горки, катить по земле, бросать в цель или корзину. Покажите крохе, что мяч можно пинать ногой – может у вас вырастет будущий футболист! Учите малыша пинать мяч как правой, так и левой ногой. А со старшими детьми можно устроить товарищеский матч.



Играем с водой Увлекательное содержание и эмоциональная насыщенность игр с водой радует детей своей простотой и возможностью поплескаться в воде. При этом, побуждают к определённым умственным и физическим усилиям, а значит, способствуют их развитию в целом.



Катаемся на велосипеде, самокате Для развития координации, очень хорошо подходит ребенку велосипед или самокат. Он должен подходить малышу по размеру и возрасту. Можно мелом нарисовать пешеходный переход, где будет ходить мама-пешеход, нарисовать светофор. Так ребенок интересно выучит правила дорожного движения. А если вместе с друзьями устроить гонки на велосипедах – то интересное соревнование вам обеспечено!

Часто во время летнего отдыха проходят экскурсии. Предварительно обсудите с ребенком, хочет ли он на экскурсию. Уважайте интересы своего ребенка, внимательно его выслушивайте и поддерживайте.

Помните, что общение с вашим ребенком, его доверие – самая огромная ценность.



Если вы планируете, отдых с друзьями, то выбирайте схожих по интересам с вами людей. Желательно, чтобы ребенок был знаком с этими людьми и их детьми, тогда у него будет веселая и интересная компания, что только сможет наполнить отдых позитивными впечатлениями.



Во время летнего отдыха Вы много времени проводите со своим ребенком, часто общаетесь с ним. Помните о том, что Ваша речь – образец для ребенка. Она должна быть эмоциональной, содержать познавательную информацию, быть доброжелательной в отношении окружения и природы. Ваша задача дать ребенку возможность для высказываний своих впечатлений, ребенок должен уметь увидеть и проанализировать явления в природе, задавать вам вопросы, а вы постарайтесь на них ответить. Так ребенок научится и наблюдать, и самостоятельно устанавливать взаимосвязи в природе.

Именно совместный отдых летом дает возможность укрепить здоровье, физические качества, поддержать друг друга и помочь друг другу.

Помните, что главное для ребенка – научиться любить и благодарить родителей за поддержку.

**Газету подготовила
старший воспитатель Игнатюк Е.Н**

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ ГАЗЕТЫ РАЗМЕЩЕНА НА САЙТЕ НАШЕГО ДЕТСКОГО САДА

Следующий выпуск нашей газеты выйдет в августе 2025