



Информационно—познавательная

Ромашка

E—mail : romaska43@yandex.ru

0+

№3
2016 год

Короткие новости

В честь Дня народного единства в группах проведены тематические занятия.

В детском саду прошёл муниципальный этап олимпиады «Умники и умницы. Первые шаги» среди дошкольных образовательных учреждений города. Воспитанник детского сада Саша Зверев стал призёром олимпиады.

В средних группах состоялось первое заседание родительского клуба. Встречи в родительском клубе позволяют решать многие задачи родительского образования. Родители, педагоги и дети вместе размышляли о том, что такое семья, как гармонично выстраивать отношения с родными и близкими, окружающими людьми и даже с любимыми домашними питомцами.

Важное событие в жизни детского сада – День матери. Особо красиво и незабываемо проходят различные мероприятия, посвященные этому Дню. Дети дарят своим мамам не только добрые слова и улыбки, но и множество подарков, сделанных своими руками вместе с папами. Готовят праздничные концертные номера и с нетерпением ждут чаепития с разными приготовленными мамами «вкусняшками».

18 ноября в детском саду состоялось общее родительское собрание «Организация работы ДОУ в условиях реализации ФГОС ДО»

Татьяна Лысова

Мы любим сестру, и жену, и отца, но в муках мы мать вспоминаем...» Эти точные строчки лишней раз доказывают, что жизнь каждого из нас начинается на руках матери, которая становится самым близким и родным человеком. Традиция праздника берет начало из мистерий древнего Рима, где почитали Великую Марию — богиню, мать богов. Каждая страна имеет свою дату празднования. По Указу Б. Н. Ельцина Президента РФ в 1998 году в России днем матери считается последнее ноябрьское воскресенье. Этот праздник необходим, чтобы показать значимость, истинное предназначение женщины. Они хранят уют и тепло в доме, заботятся о своем малыше, нося его под сердцем, поддерживают, оберегают на протяжении всей жизни.



Всех мамочек поздравляю с Днем матери! Желаю, чтобы радость материнства приносила легкость в душу, а гармонию — в сердце! Вы ангелы-хранители, советчицы и самые родные в мире для миллионов детей! Пусть ваши руки всегда будут в тепле, плечи окутаны заботой и любовью. Добра вам, любви и счастья!

Валентина Лебедева

Уважаемые родители!

Приглашаем вас на праздничный концерт, посвященный Дню матери.

24 ноября

16.00—старшая группа

16.45—2 младшая группа

25 ноября

10.00—средняя группа компенсирующей направленности

15.30—подготовительная к школе группа

16.30—средняя группа

Основные болезни детей в холодное время года

Общеизвестно, что в холодное время года, которое длится в некоторых регионах нашей страны до полугода, дети часто болеют. Особенность погодных условий этого периода определяет и специфику заболеваемости. На первое место выходят простудные заболевания, некоторые кишечные инфекции, обостряются хронические воспалительные очаги, а с появлением льда и снега возникает опасность травматизма.

Простуда и грипп.

Многие дети успевают за один осенне-зимний сезон переболеть простудными заболеваниями 5-6 раз. Частая детская заболеваемость не повод для паники. Ребенок должен перенести определенное количество респираторных инфекций – благодаря этому он укрепляет иммунную систему. Настораживать должны частые осложнения простудных заболеваний - отиты, воспаления легких, синуситы. Вирус гриппа отличается быстрым распространением, тяжелым течением и частыми осложнениями. Чаще всего грипп начинается внезапно на фоне быстрого повышения температуры, головной боли и озноба. У детей младшего возраста стремительное повышение температуры может вызвать судороги. Именно острым началом и выраженной интоксикацией грипп в большинстве случаев отличается от других ОРВИ. К сожалению, бороться с распространением ОРВИ в детских садах сложно, потому что родители несмотря на явные признаки начала заболевания у ребенка (насморк, кашель) все равно приводят в детское учреждение.

Ротавирусная инфекция

Ротавирус- зимний бич любого детского учреждения. Это связано с тремя свойствами микроба- живучестью, летучестью и крайней заразностью. Восприимчивость дошкольников к этой инфекции очень высокая: достаточно попасть одному заболевшему ребенку в детское учреждение, как через сутки-двое болеют все.

Три основных признака ротавирусной инфекции:

- повышенная температура тела;
- многократная, часто неукротимая рвота;
- обильный водянистый стул, сопровождаемый вздутием живота, сильным газообразованием, вызывающим боли в животе.

Главная опасность ротавирусной инфекции- обезвоживание организма, причиной которого может стать рвота, не позволяющая адекватно выпивать ребенка.

Признаки обезвоживания:

- сухость кожи и языка;
- отсутствие слюны;
- снижение количества мочи вплоть до ее отсутствия;
- осиплость голоса;
- учащенное сердцебиение.

При развитии таких симптомов требуется госпитализация ребенка в стационар.

Важнейший фактор лечения ротавирусной инфекции- диета. Исключаются: свежее молоко, фрукты, соки, грубая клетчатка (бобовые, картофель, капуста, свекла).

В целях профилактики инфекционных заболеваний в детском саду ежедневно во всех группах проводятся;

- кварцевание;
- проветривание;
- строгое выполнение санэпидрежима;
- закаливание;
- прогулки;
- С-витаминизация 3-х блюд;
- проведение утреннего фильтра;
- физкультурные занятия на свежем воздухе;
- вакцинопрофилактика.

Инфекции мочевых путей.

У детей инфекции мочевых путей (далее ИМВП) чаще всего протекают в форме острого пиелонефрита. Заболеванию может предшествовать переохлаждение, также оно может начаться на фоне ОРЗ. Чаще болеют девочки, что связано с особенностями их анатомии.

Начало острое, повышенная температура тела (до 39-40 градусов) сопровождается ознобом. Присутствуют явления интоксикации - сонливость, потеря аппетита. Иногда на трусиках, подгузниках можно заметить скудное гнойное отделяемое, но в большинстве случаев специфических симптомов может и не наблюдаться. Решающее значение для диагностики ИМВП имеет общий анализ мочи. При заболевании в моче обнаруживаются повышенное количество лейкоцитов, бактерии, слизь, белок.

Профилактика: исключить возможные переохлаждения (не допускать сидения на холодных камнях, снегу), носить одежду, соответствующую погоде, обеспечить полноценное лечение респираторных инфекций.

Рациональное питание дошкольников

Рациональное питание является одним из наиболее важных и эффективных факторов, обеспечивающих жизнь, здоровье и гармоничное развитие ребенка. Интенсивно протекающие процессы роста и развития, характерные для детского организма, могут быть обеспечены только при получении детьми пищи в соответствии с их возрастными потребностями. Рациональное питание оказывает благоприятное влияние на физическое и нервно-психическое развитие детей, повышает сопротивляемость организма к заболеваниям.

Известно, что любому организму для жизнедеятельности нужны белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества, вода и витамины.

Белки служат пластическим материалом, т. е. входят в состав клеток, тканей, принимают активное участие в образовании ферментов, гормонов, антител в кроветворении. При длительном недостатке в организме белка отмечается задержка в физическом и умственном развитии ребенка, снижается сопротивляемость его к возбудителям различных болезней. Белками богаты мясо, яйца, молоко, сыр, творог. Важное место в питании детей имеют жиры. Они в основном обеспечивают энергетические траты и участвуют во многих жизненно важных функциях организма. Как избыток жира, так и его недостаток отрицательно влияют на организм. В первом случае неравномерно усваивается белок, угнетается секреция пищеварительных желез, возникает ожирение. При недостатке жира замедляются рост и развитие орга-

низма, появляются воспалительные изменения на коже, расстройства желудочно-кишечного тракта. К основным пищевым веществам относятся углеводы, являющиеся главным источником энергии и способствующие нормальному усвоению жиров и белков. При недостаточном поступлении углеводов с пищей ухудшается пищеварение. При избытке углеводов происходит усиленное образование жира, повышается вероятность появления аллергических реакций. Основные источники углеводов: сахар, мед, рис, мука, макаронные изделия. Обязательная составная часть пищевого рациона - минеральные вещества. Ребенку они нужны для правильного роста и развития костной, мышечной, кроветворной и нервной тканей. Нельзя не сказать и о воде, которая является компонентом пищи. Все процессы обмена веществ, происходящие в организме, возможны только при участии воды, благодаря растворению в ней многих химических соединений. Она необходима для удаления шлаков из организма. Недостаточное количество воды приводит к развитию сгущения крови, повышению температуры, нарушению процессов пищеварения. Последнее, на что нужно обратить внимание, говоря о различных компонентах пищи, - это витамины. Их значение в питании ребенка очень велико. Они регулируют процессы обмена, играют большую роль в повышении сопротивляемости детского организма, тесно связаны с процессами роста и развития, участвуют в процессах кроветворения. Витамины частично образуются в организме, но большая их часть поступает с пищей.

Наименование блюд	Вес (масса) в граммах	
	От 1 года до 3х лет	От 3 до 7 лет
Завтрак		
Каша, овощное блюдо	150	200
Яичное блюдо	80	100
Творожное блюдо	120	120-150
Напиток (какао, чай, молоко и т.д.)	150	200
Обед		
Салат, закуска	30-45	60
Суп	150	200
Блюдо из мяса, рыбы, птицы	50-70	70-80
Гарнир	100-150	130-180
3 блюдо (напиток)	150	200
Полдник		
Кефир, молоко	150	200
Булочка, выпечка(печенье, вафли)	50-70	70-80
Свежие фрукты	40-75	75-100
Ужин		
Овощное блюдо, каша	150	200
Творожное блюдо	100-150	120-150
Напиток	150	200
Хлеб на весь день		
Пшеничный	50-70	110
Ржаной	20-30	60

Питание детей в ДОУ.

Питание - один из важнейших факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно-психического развития ребенка. Ухудшение качества питания приводит к снижению условия защитно-приспособительных механизмов детского организма и возможному увеличению аллергических реакций, способствует росту болезней органов пищеварения. Поэтому именно качеству питания в нашем детском саду уделяется повышенное внимание.

Питание в детском саду организуется на основе СанПиН 2.4.1.-3094-13



Режим питания детей—четырёхразовый. Детский сад работает по утвержденному десятидневному меню с учетом рекомендуемых средне-суточных норм питания. Рацион питания разнообразен. Ежедневно в меню включаются молоко, мясо, картофель, овощи, фрукты, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыба, сыр, яйцо и др.) 2-3 раза в неделю. При разработке меню учитываются возрастные группы 1,5-3 лет и 3-7 лет. Набор блюд при этом единый, различен объ-

ем порций для младших и старших детей. Энергетическая ценность меню просчитана по установленным нормам: для детей младше 3 лет составляет 1400 к.к. старше 3 лет-1800ккал. Для осуществления контроля организации питания детей, качества доставляемой продукции и соблюдения санитарно-гигиенических требований при приготовлении и раздаче пищи в детском саду создана бракеражная комиссия. Ежедневно в соответствии с графиком бракеражная комиссия снимает пробу готовых блюд на пищеблоке.



Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность. Продукты хранятся с соблюдением требований санитарных правил.

Устройство, оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам к организации детского питания.

Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой.

Все блюда - собственного производства, готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами.

Родителям на заметку.

Уважаемые родители, пожалуйста, обратите внимание на следующие рекомендации:

Питание ребенка в детском саду и в семье должно сочетаться. С этой целью в каждой группе вывешивается меню. Пожалуйста, внимательно, изучайте его, если у вашего ребенка есть хронические заболевания и какие-либо противопоказания к определенным продуктам питания предупредите об этом медицинскую сестру и воспитателей группы.

До отправления ребенка в детский сад не кормите его, так как это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита. Если приводите ребенка с 7.00 – 7.30, то дома можно дать сок или какие-либо фрукты.

Ольга Соловьёва, медицинская сестра

Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду

Забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем. Все мы, педагоги, родители, врачи, хотим, чтобы наши дети не болели, год от года становились сильнее, выросли и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровыми. Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в детском саду созданы следующие условия: есть музыкально-спортивный зал со спортивным инвентарем; (гимнастические стенки, модули, мячи, различные тренажеры, хореографический станок, степы, скамейки, обручи и т.д.); спортивная площадка для подвижных и спортивных игр; физкультурные уголки во всех группах. Система физкультурно-оздоровительной работы включает в себя следующие виды деятельности: утреннюю гимнастику проводимую ежедневно на воздухе со средней группы, двигательные разминки между занятиями, физминутки, подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке, оздоровительный бег на воздухе, коррекционную работу с детьми по развитию движений, прогулки-походы к реке, гимнастику после дневного сна, непосредственно образовательную деятельность по физической культуре, самостоятельную двигательную активность под руководством воспитателя, каникулы, дни здоровья, физкультурные праздники и досуги.



В утреннюю гимнастику и гимнастику после дневного сна включаются корригирующие упражнения для профилактики, нарушения осанки, плоскостопия. На физкультурных занятиях осуществляется индивидуально-дифференцированный подход к детям: при определении нагрузок учитывается уровень физической подготовленности и здоровья. Во всех группах, с учетом возраста детей, обо-

рудованы спортивные уголки, имеется нестандартное оборудование для закаливания, профилактики плоскостопия, коррекции осанки.

Помимо организованных видов занятий по физической культуре в режиме дня дошкольников значительное место отведено самостоятельной двигательной деятельности под руководством воспитателя. Ежедневно в каждой группе оздоровительный бег на прогулке. Все вместе эти формы деятельности позволяют обеспечить двигательную активность детей на протяжении всего дня, рационально распределить интеллектуальную и физическую нагрузку детей.



Светлана Юшкова,
воспитатель по физической культуре

Рецепты от наших мам



Сырники-пампушки

Творог - 350-400 г (желательно 1% жирности). Яйцо - 1 шт. Мука - больше половины стакана. Сахар, ваниль, сметана - по вкусу. Масло растительное для жарки.

1. В глубокую ёмкость выкладываем творог, тщательно размешиваем его вилкой, добавляем яйцо, сахар, ваниль, размешиваем.
2. Добавляем муку до тех пор, пока творожная масса не будет браться в руки + еще немного.
3. После чего насыпаем немного муки на стол либо в тарелку, от готового теста отрываем небольшой кусочек и формируем шарики. Обваливаем их в муке и кладем на тарелку.
4. Жарим сырники в горячем масле на небольшом огне под крышкой.
5. Подаются сырники со сметаной, сверху можно посыпать корицей и сахарной пудрой.

3. После чего насыпаем немного муки на стол либо в тарелку, от готового теста отрываем небольшой кусочек и формируем шарики. Обваливаем их в муке и кладем на тарелку.

4. Жарим сырники в горячем масле на небольшом огне под крышкой.

5. Подаются сырники со сметаной, сверху можно посыпать корицей и сахарной пудрой.

Приятного аппетита!

Семья Смирновой Олеси

Маннй пудинг

Продукты: молоко - 2 литра, манка - 1 стакан, яйца - 3-4 шт., масло сливочное - 100 г, сахар - 1 стакан, сухари - 2-3 ст. ложки, соль по вкусу.

В кипящее молоко всыпать тонкой струйкой крупу и, непрерывно помешивая, варить на слабом огне 10-15 мин. до загустения. Положить в готовую кашу сахарный песок, соль и размешать.

Отделить белки от желтков. Желтки растереть с сахаром, а белки взбить в пену. Добавить растертые желтки и взбитые белки в кашу и тщательно перемешать. Подготовленную массу выложить в предварительно смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями форму, слоем не более 30 мм. Верх разровнять, смазать сметаной и запекать маннй пудинг в горячей духовке (175-200 градусов) в течение 20-25 мин.

Подавать маннй пудинг со сметаной, вареньем или со сладким фруктовым сиропом.



Рецепт от семьи Смирновой Олеси

Сырнй суп-пюре

Ингредиенты:

Куриное филе – 500 г, плавленый сыр – 2 пачки (200), картофель – 400 г, морковь – 1 штука, репчатый лук – 1 штука, лавровый лист, соль, душистый перец – по вкусу.

Приготовление:

Выкладываем курицу в кастрюлю и заливаем водой и ставим на огонь. Добавляем специи (лук, морковь и душистый перец) и чайную ложку соли, варим 20 минут.

Пока варится курица, нарезаем картофель мелкими кубиками, шинкуем лук и натираем морковь, плавленый сыр тоже трем на терке. Мясо курицы нарезаем мелкими кусочками.

Затем добавляем в бульон картофель, морковь, лук и порезанную курицу. Даем провариться около 10 минут. Затем начинаем понемногу добавлять тертый плавленый сыр, постепенно и не торопясь, без остановки помешивая бульон. Так ни один комочек не образуется в вашем супчике!

Держим на огне еще несколько минут, затем снимаем кастрюлю с плиты и выключаем огонь. В тарелку при желании добавляем зелень (петрушка, укроп) и сухарики.

Приятного аппетита!

Рецепт от семьи Лебедева Родиона

Овсяное печенье с мёдом, семечками и орехами



Ингредиенты: овсяные хлопья (не измельчённые) – 1 стакан, мука – 2/3 стакана, сахар – 3-4 ст.л, мёд – 1 ст.л., сливочное масло – 130 г, подсолнечные семечки – 1/2 стакана, грецкие орехи (измельчённые) – 3-4 ст.л., сода – 1/2 ч.л. (погасить лимонным соком), щепотка соли.

Овсяное печенье является одним из любимейших лакомств детей. И это здорово, ведь овсянка очень полезна и питательна для растущего организма. Сегодня приготовила **овсяное печенье с мёдом, семечками и орехами**. Рецепт-бомба, так как готовится в считанные минуты!

Способ приготовления: для начала включаем духовку. У меня АЕГ и я ставлю с вентилятором 160 градусов. В миске на водяной бане растапливаем сливочное масло, добавляем ложку мёда. Как только масло растопилось снимаем с огня.

Переливаем масло с мёдом в большую миску и добавляем все оставшиеся ингредиенты: семечки, орехи, муку, овсяные хлопья, сахар, соль, гашеную соду. Всё перемешиваем.

На противень стелим пекарскую бумагу и чайной ложкой выкладываем печенье формируя кружки толщиной примерно 0,5-0,75 см. Между печеньями оставляем место, так как оно чуть расплзается. Ставим в разогретую духовку на 5-10 минут. С вентилятором готовится очень быстро. Печём до золотистого цвета.



Готовое овсяное печенье аккуратно лопаткой перекладываем на блюдо и даём остыть. Сначала печенье мягкое, но как только остынет, становится твёрдым и хрустящим.

Овсяное печенье с мёдом, семечками и орехами непременно станет любимым лакомством Вашей семьи! Приятного аппетита!

Рецепт от семьи Волковского Матвея

Приготовление пончиков с морковью



Такие пончики понравятся и взрослым, и детям. Готовятся они легко и быстро, а к чаю лучше выпечки не придумать!

Продукты: 1 пачка творога, 2 ст.л. ряженки или кефира, 1 ст.л. натертой на терке моркови, 4 яйца, 0,25 ложки соды, гашеной лимонным соком или уксусом или разрыхлитель для теста, 2 столовых ложки изюма, 2 столовых ложки сахара, соль, мука, растительное масло для жарки.

Слегка взбейте яйца, добавьте кефир, творог, сахар, разрыхлитель для теста, посолите по вкусу. Изюм предварительно залейте кипятком, отожмите и вместе с натертой на терке морковью смешайте с яйцами и кефиром. Постепенно добавляя муку, замесите тесто.

Из теста сформируйте маленькие шарики и выкладывайте на заранее разогретую сковороду или в сотейник с растительным маслом. Обжаривайте пончики до румяной корочки. Готовые пончики можно посыпать сахарной пудрой.

Подавайте пончики к столу горячими со сметаной, мёдом или вареньем. Приятного аппетита!

Рецепт от семьи Маргариты Белоруковой,
средняя группа

А что же думают о здоровье наши дети?

Мы провели небольшое интервью с воспитанниками подготовительной к школе группы. И вот, что у нас получилось ...

Вопросы для детей.

- 1.Что необходимо делать, чтобы быть здоровым и меньше болеть?
- 2.Зачем нужна утренняя гимнастика? Делаешь ли ты её дома?
- 3.Гуляешь ли ты дома в выходной день?
4. Знаешь ли ты, что такое закаливание? Для чего это нужно?
5. Есть ли у тебя дома спортивное оборудование?
6. Есть ли в вашей семье любимые спортивные игры?



Словесная Даша.

- 1.Чтобы не болеть, надо ходить в больницу и пить таблетки.
2. Утренняя гимнастика нужна. Я делаю и в садике, и дома с сестрой Мариной. Упражнения придумываю сама.
- 3.В выходной день гуляем с сестрой и братиком долго, пока не потемнеет.
- 4.Закаливание - это... Я умываюсь холодной водой.
- 5.Дома есть скакалка, я прыгаю, кручу обруч.
- 6.Мы играем в бадминтон, а зимой катаемся на санках с горки.

Молотов Максим.

- 1.Чтобы не болеть, надо лук есть, делать зарядку, всегда умываться, быть чистым.
2. Утренняя гимнастика нужна, чтобы быть сильным и здоровым. Я делаю дома, но не всегда.
- 3.В выходной день много гуляю. Погуляю, покушаю и опять иду гулять. Приходит моя сестра Соня и мы вместе бегаем, играем в футбол.
4. -
5. Есть гантели, мне их бабушка подарила и я с ними делаю зарядку. Ещё есть велосипед, я уже научился ездить на двухколёсном. Коньки есть и лыжи. На лыжах около дома катаюсь, а на коньках - на каток ходили вместе с папой и мамой и Яной-сестрёнкой.
6. Летом в футбол играем: я, папа, Семён и его сёстры.



Шаброва Настя

- 1.Чтобы не болеть, нужно есть овощи и фрукты, делать зарядку, заниматься спортом.
2. Утренняя гимнастика нужна, чтобы мы росли быстрее. Я в садике делаю всегда, а дома иногда забываю.
- 3.В выходной день гуляем с Юлей-сестрой около дома. Если Юле уроков много задали, то недолго, а если она уже сделала - то можем подольше погулять.
4. Закаливание - это нужно. Я дома всегда холодной водой умываюсь.
- 5.Дома есть скакалка, обруч. Я обруч крутить умею на руке и на талии. Ролики есть. Лыжи есть, я на улице зимой катаюсь. На санках с горки кататься ходим всей семьёй.
6. -



Соколова Полина.

1. Чтобы не болеть, надо заниматься физкультурой, спортом, есть овощи фрукты.
2. Я зарядку дома делаю, бывает, но не всегда, потому что не успеваю.
3. В выходной день долго гуляем с сестрой. У нас около дома площадка есть.
4. Закаляться надо. Обливаться водой: сначала тёплой, потом холодной, потом горячей и опять холодной, можно даже ледяной. Можно в снег прыгать. Босиком ходить, но мне папа не разрешает. Я по дому в носках хожу.
5. Дома есть кольца, на них можно висеть и качаться. Ещё есть груша, я в перчатках грушу колочу. Мячиком играю, можем даже дома с папой в футбол играть.
6. Мама не занимается спортом, а с папой я в спортзал ездила. Взрослые там играли, кидали мяч через сетку, а я просто сама играла в мяч.



Комиссарова Лера.

1. Чтобы не болеть, надо есть лук, чеснок, овощи и фрукты. Ещё всегда есть кашу, особенно полезно молоко. Я люблю манную кашу.
2. Утренняя гимнастика нужна, чтобы тренироваться и быть сильным ловким. Я делаю в садике, а дома забываю.
3. В выходной день гуляю всегда, пока не замёрзну. А летом сколько угодно могу гулять. Мы играем с подружками в разные игры.
4. Закаливание это когда босиком ходят. Я тоже иногда хожу.
5. У меня есть кегли, ставлю их по порядку и мячиком их сшибаю. Ещё обруч есть. Я кручу на руке, тренирую руки, а на талии пока что не умею.
6. Мы играем в бадминтон. А ещё с бабушкой в футбол играем. Правда, у нас нет команды мы просто друг другу забиваем голы.

Веселов Вадим.

1. Чтобы не болеть, надо делать всегда зарядку, заниматься спортом, есть фрукты овощи, на улицу ходить, на свежий воздух, а не в компьютере сидеть.
2. Утренняя гимнастика нужна, чтобы знать разные упражнения, чтобы быть сильнее, не болеть. Я делаю дома, но не всегда.
3. Гуляю с братом около дома, обычно вечером, потому что друзья приходят. Брат мяч выносит и мы играем в футбол. Ещё у нас есть такое кольцо и мы в баскетбол играем.
4. Закаливание нужно, чтобы не болеть. Можно умываться, обливаться холодной водой. Можно босиком ходить, но я всегда в носках хожу.
5. У нас дома комната есть, где тренируются. Там можно по верёвке (канату) лазить и подтягиваться на перекладине. Я уже раз 6 могу подтянуться. Есть лестница на стене которая крепко держится, есть лестница, которая качается. Есть кольца. Ещё мне нравится тренажёр «Дорожка». Мы всей семьёй занимаемся: и папа, и мама, и брат Дима.
6. Спортивные игры есть любимые. Мама обруч крутит, ещё у неё есть мяч большой, она тренируется. Папа футбол любит. А брат ходит в секцию, играет в баскетбол. Я даже его тренера знаю - Виктор Сергеевич брата учит. А я бы в футбол хотел играть.



А как же заботятся о здоровье детей наши родители?

1. Часто ли, на Ваш взгляд болеет Ваш ребёнок?
2. Установлен ли для Вашего ребёнка дома режим дня?
3. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику?
4. Как много Ваш ребёнок проводит времени на улице в выходной день?
5. Интересуется ли Ваш ребёнок спортивными играми, пособиями? Какими именно?
6. Какие закаливающие процедуры, проводимые в детском саду наиболее приемлемы для Вашего ребёнка?
7. Какое спортивное оборудование и спортивный инвентарь есть у вас дома?
8. Консультацию по какому вопросу физического развития ребёнка Вы хотели бы получить?
9. Что полезного Вы видите в совместной спортивной деятельности детей и взрослых?

Макарова Алёна Александровна

1. Болеет редко.
2. Режим дня дома не установлен.
3. Утреннюю гимнастику дома стараемся делать. Но в будни не успеваем.
4. Летом проводит на улице 3-4 часа, зимой - 1-1,5 часа.
5. Любит занятия на турнике, летом катание на велосипеде и самокате, а зимой - катание на лыжах. Любит играть в мяч.
6. Проветривание группы, умывание водой комнатной температуры, облегчённая одежда в группе, хождение босиком.
7. Велосипед, самокат, лыжи, мяч.
8. -
9. Возможность занятия спортом.

Смирнова Анна Сергеевна.

1. Не болеет.
2. Режим дня дома установлен, но соблюдается не всегда.
3. Утреннюю гимнастику дома иногда делаем.
4. Гуляет много.
5. Ему нравится футбол.
6. Умывание и полоскание горла водой комнатной температуры, хождение босиком.
7. Лыжи, коньки, клюшка для игры в хоккей, велосипед, самокат, мяч, бадминтон.
8. -
9. Радость от совместного общения.

Дивногорцева Ирина Викторовна.

1. Болеет редко.
2. Режим дня дома установлен и соблюдается.
3. Нет, не делаем.
4. Гуляет долго: утром и вечером.
5. Любит вместе с братом играть с мячом в игру «Мистер Твистер»
6. Облегчённая одежда в группе, обливание ног водой контрастной температуры, хождение босиком, проветривание группы.
7. Много разного. Есть и кегли, и мячи, обручи, скакалки. Есть лыжи, коньки, самокат.
8. Консультацию на тему: «Развитие выносливости»
9. Совместные занятия спортом и спортивные успехи приносят радость и детям и родителям.

Трифанова Ольга Серафимовна.

1. Примерно раз в месяц.
2. Режим дня не установлен.
3. Утреннюю гимнастику дома не делаем.
4. В зимнее время, если погода позволяет, дочь гуляет от получаса до 1,5 часов.
5. Интересуется. Любит играть в догонялки, повисеть и покачаться, попрыгать. Любит играть в мяч. Дома есть лыжи, санки, велосипед и самокат.
6. Хождение босиком, умывание водой комнатной температуры, полоскание горла.
7. Движущиеся игрушки, скакалка, мяч, обруч. Есть лыжи, коньки, самокат и велосипед.
8. Хотелось бы знать: «Где в городе можно заниматься с детьми спортом?»
9. Радость от общения с ребёнком, создание атмосферы доверия.

Именинники в сентябре

Сотрудники детского сада

Шиганова Алевтина Викторовна

Дети

Первая младшая группа

Головин Семён

Средняя группа

Посохов Фёдор

Алхимович Милена

Средняя группа

(компенсирующей направленности)

Дивеева Лилия

Шалапаев Андрей

Старшая группа

Блинова Вика

Рябов Женя

Борисов Юра

Иванова Лера

Подготовительная

к школе группа

Крылов Денис



Главный редактор:

Лебедева В.Г.

Зам. главного редактора:

Лысова Т.Л.

Дизайнер, верстальщик:

Белорукова Е.Ю.

Секретарь:

Юшкова С.Н.

Фотокорреспондент:

Лебедева В. В.

Адрес:

157302, г. Мантурово, Костромской области, ул.Пушкина, д. 2А

Телефон:

(49446) 2-73-91

E-mail: romaska43@yandex.ru

Внимание, конкурс!

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в городском конкурсе на лучшее изготовление новогодней ёлочной игрушки «Подарок парку «Сказка».

Городской конкурс ёлочной игрушки «Подарок парку «Сказка» проводится по инициативе администрации городского округа город Мантурово.

Конкурс проводится по следующим номинациям:

-«Символ Нового 2017 года»

-«Лучшая семейная игрушка»

-«Самая оригинальная игрушка»

-Свободная форма игрушки.

Требования, предъявляемые к работам.

-Игрушка может быть объёмной или плоской, при плоской форме обязательно оформление с обеих сторон;

-Исключаются игрушки, выполненные из картонных коробок;

-Игрушка должна быть выполнена из прочного материала, пригодного к уличным, погодным условиям;

-Размер игрушки не менее- 30 см;

-Вес игрушки – не более 300 грамм;

-Игрушка должна иметь законченный вид;

-Обязательно наличие крепления для подвеса на ёлку (шнур, тесьма)

Работы принимаются в детский сад с 28 ноября по 7 декабря.

Уважаемые родители!

Приглашаем принять участие в интернет—конкурсе фотографий «Мы за здоровый образ жизни!». Фотографии будут размещены на сайте 5 декабря 2016 года. Голосование будет проходить с 5 декабря по 7 декабря 2016 года.