

ЛАСТОЧКИНЫ ВЕСТИ



ИНФОРМАЦИОННАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ и ДЕТЕЙ

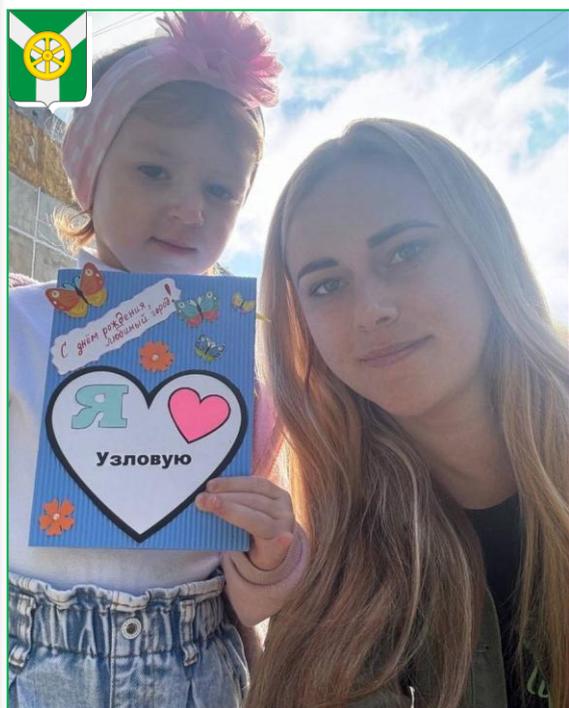
Выпуск № 8

Август

2024 года



С днем рождения, любимый город!



*Узловая – мой город, такой он один!
И вами, и мною он очень любим!
Памятных мест у нас в городе много,
Скорей отправляйтесь со мною в дорогу! ...
Мой город, конечно, совсем не велик,
Но для меня он отчизны родник!
Он самый любимый, он самый родной,
Нет в мире прекрасней моей Узловой!*

Уже много лет в нашем детском саду есть традиция – праздновать день рождения нашего города! В Год семьи накануне дня города в детском саду №20 Узловского района прошла тематическая викторина для детей и родителей «Что мы знаем о городе своем».

Викторина прошла под девизом: «Знаем город наш хорошо, но хотим узнать еще!» Ребята вместе с родителями совершили виртуальную увлекательную прогулку по любимому городу Узловая и продемонстрировали свои знания. Участвуя в игре «Путешествие по родному городу», «посетили» памятные места и закрепили их названия.

Разделившись на две команды дети вместе с родителями, с удовольствием соревновались в игре «Знатоки города», где проявили умения быстро и правильно собирать разрезные картинки с видами любимого города. Проявляли активность и солидарность в отгадывании загадок, и участии в музыкальной игре с элементами ритмодекламации «Мы по городу идем».

Развлечение прошло в доброжелательной атмосфере командной игры, где были взаимовыручка и сопереживание внутри команды.



Победителям присвоили звания «Знатоки родного города». И, как положено в день рождения, участники викторины, сказали много теплых слов и пожеланий нашему любимому городу.

Также среди семей воспитанников прошел конкурс на тему «Лучшая поздравительная открытка ко Дню города». Каждая работа наполнена светлыми эмоциями, яркими красками и искренними пожеланиями.

Безусловно, прививая любовь и уважение к родному городу, к малой Родине, мы учим ребят любить своё Отечество и быть активными гражданами нашей страны!



Накануне Дня Государственного флага России, в нашем детском саду прошёл праздничный семейный квест "Флаг державы - символ славы".

Все участники отправились на поиски флага, который украла Баба Яга. Путешествие было увлекательным, в ходе которого дети и родители смогли проявить смелость, ловкость и логическое мышление. Воспитанники вместе с родителями активно участвовали в эстафетах и конкурсах, проявляя свои навыки и командный дух.

В Год семьи в детском саду №20 Узловского района состоялся круглый стол на тему «Семья и детский сад: грани партнерства».

В рамках данного мероприятия родители и педагоги обсудили важные вопросы, касающиеся воспитания и развития детей, а также поделиться опытом и идеями по улучшению качества взаимодействия.



ЗНАЧЕНИЕ ИГРЫ В ШАХМАТЫ



В наши дни шахматы стали не только спортом, но и верным методом в воспитании детей.

Чем полезны занятия шахматами для ребенка?

1. Шахматы развивают память, логическое мышление, пространственное воображение, вырабатывают усидчивость, внимательность, целеустремленность. Ребенок учится делать логические выводы – мыслить самостоятельно.

2. Шахматы развивают в ребенке способность принимать решения в условиях неопределенности и отвечать за них, а значит, и самостоятельность. Не менее важно умение длительное время концентрироваться на одном виде деятельности.

3. Шахматы учат правильно относиться к неудачам и ошибкам – анализировать причины неудач, делать выводы и применять их в будущем. Помимо интеллекта, развивается изобретательность и творческие способности.

4. Шахматы учат мыслить системно и стратегически, развивают способность к анализу, а самое главное – дети учатся создавать внутренний план действий (действовать в уме). Этот навык является ключевым для развития мышления в целом, и именно при помощи интеллектуальных игр, и в частности шахмат, его проще всего выработать.

Игра в шахматы очень полезна для детей .

Почти все великие гроссмейстеры начинали играть в шахматы в очень юном возрасте, в 4-6 лет. Но родители в первую очередь должны осознавать, что ранний старт благотворно влияет на подготовку к школе, позволяет ребенку развиваться гармонично и тренировать умственные и творческие способности.

Функции шахмат в развитии детей

В дошкольном возрасте шахматы играют важную роль в развитии ребенка. Они выполняют сразу несколько функций.

• **Познавательная.** Играя в шахматы, ваш ребенок научится мыслить, логически рассуждать, просчитывать свои действия, предвидеть реакцию соперника, сравнивать. Малыш узнает много нового и интересного. Кроме того, игра способствует развитию фантазии и творческих способностей.

• **Воспитательная.** Придя в школу, многие дети не могут усидеть на одном месте и сосредоточиться на уроках. Шахматы же вырабатывают выдержку, собранность, внимательность. Дети учатся самостоятельно принимать решения и спокойнее относиться к неудачам.



- **Физическая.** Сидеть долго за доской очень трудно. Надо обладать большим запасом сил и выносливости. Поэтому у всех гроссмейстеров есть тренеры по физподготовке.

На начальном этапе заниматься с ребенком шахматами должны его родители, ведь только его мама и папа знают возможности и склонности своего дошкольника. И такие занятия – осторожно дозируемые и бережно направляемые – при увлечении малыша шахматами, могут принести только пользу. Обучение ребенка шахматам можно проводить самостоятельно, даже не имея навыков игры.

Что дает игра в шахматы ребенку?

В первую очередь, играя в шахматы, ребята учатся самостоятельно мыслить и принимать решения. Даже самые простые решения (например, какой фигурой сделать ход), которые могут повлечь не такие большие потери (самое страшное – проигрыш) – приучают детей к самостоятельности и ответственности.

Во время занятий шахматами ребенок учится концентрировать внимание на одном процессе, у него вырабатывается усидчивость, формируется произвольность психических процессов, таких, как внимание и память. В условиях игры дети лучше сосредотачиваются и больше запоминают. Игровой опыт позволяет встать на точку зрения других людей, предвосхитить их будущее поведение и на основе этого строить свое собственное поведение.

Игра в шахматы организует чувства ребенка, его нравственные качества, воспитывает характер и силу воли. Желание побеждать заставляет ребёнка серьезнее заниматься, а любая ошибка или поражение – это только новая возможность для развития.

Воспитатель Ж.В. Гречук



ОСТОРОЖНО: БАТУТ!



Батутные центры - одно из тех мест, где с радостью проводят время дети, подростки и даже взрослые. Прыжки на батуте - это физическая активность, которая улучшает координацию, баланс, тренирует мышцы. Ещё, прыжки поднимают настроение, дарят ощущение полёта.

Но, гарантирована ли детям безопасность в специализированных батутных центрах? Практика показывает, что, даже в специально оборудованных для прыжков батутных залах не исключены несчастные случаи. Причём, дети травмируются даже в присутствии родителей.

Максимально снизить возможные риски помогут эти правила:

Оборудование должно быть подобрано соответственно возрасту. Найдите информационный стенд с правилами

безопасности и ограничениями по возрасту и внимательно его изучите

Детям до 6 лет прыгать на батутах опасно

Дети от 6 до 10 лет могут прыгать только под присмотром взрослых

Лучше, чтобы рядом находился тренер, и провёл перед прыжками вводный инструктаж

При правильном использовании батуты безопасны для подростков и взрослых, но надо проявить осторожность, тем, у кого есть хроническое заболевание опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы или недавно была травма

Нельзя одновременно прыгать на батуте вдвоём, втроём. Один батут рассчитан на одного человека. В противном случае, при столкновении дети могут травмироваться, получив, например, сотрясение мозга

Откажитесь от кувырков и других потенциально рискованных движений на батуте без надзора, инструкций и без защитного снаряжения, например ремня безопасности

Самая безопасная зона для прыжков - в центре батута, у края - больше опасность вылететь за пределы или удариться

Залезать под батут запрещено

Активные игры, догонялки на батутах запрещены

Во время прыжков у ребёнка не должно быть с собой никаких предметов, (игрушек, сумочек, мелочи, ключей)

Во рту не должно быть жвачек, конфет и другой еды

Лучше всего, если ребёнок будет одет в удобную спортивную одежду. На ногах - специальная обувь, или носки

Если ребёнок упал, ударился, столкнулся с другим ребёнком – надо прекратить прыжки и сесть отдохнуть. Пока ребёнок отдыхает - наблюдать за его состоянием.

Если ребёнок потерял сознание, или его тошнит, рвёт, жалуется на сильную боль - надо немедленно обратиться за медицинской помощью.

Чтобы отдых был не только активным, но и безопасным - важно относиться к таким развлечениям максимально внимательно и серьёзно.

ГОТОВИМ РУКУ К ПИСЬМУ



В школе на первом этапе, многие дети, как правило, испытывают затруднения с письмом: быстро устает рука, теряется рабочая строка, не получается правильное писание букв, нередко встречается «зеркальное» письмо, ребенок не различает «лево», «право», «лист», «страница», «строка», не укладывается в общий темп работы. Эти затруднения обуславливаются неразвитостью мелкой моторики пальцев руки, и недостаточной

сформированностью зрительно – двигательной координации произвольного внимания, аналитического восприятия речи, зрительной памяти. Все это отрицательно сказывается на усвоении программы первого класса. Письмо сложный навык и в полном объеме недоступен дошкольнику. А подготовка к обучению письму требует особого педагогического воздействия, выстроенного в систему специальных игр, упражнений и заданий. Это должна быть не механическая тренировка, а осознанная творческая деятельность ребенка под руководством и при помощи взрослого.

Точность графических действий обеспечивается за счет мышечного контроля над мелкой (тонкой) моторикой рук. О развитии мелких движений пальцев можно судить, наблюдая за тем, как ребенок рисует или закрашивает детали рисунка. **Если он постоянно поворачивает лист, не может менять направление линий при помощи тонких движений пальцев и кисти, значит, уровень развития мелкой моторики недостаточный.**

Процесс письма требует от ребенка не только физических, интеллектуальных, но и эмоциональных усилий. Всякого рода перегрузки и связанные с ними переутомления самым негативным образом сказываются на овладении графическими навыками и, более того, на развитии детского организма. Поэтому в дошкольном возрасте важна **именно подготовка к письму, а не обучение ему.** Важно развить механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости.

Основное внимание мы обращаем **на формирование правильной позы при письме:** учим детей правильно сидеть, держать ручку, располагать необходимые предметы на парте, самостоятельно работать и ориентироваться на листе тетради. Ещё мы уделяем внимание упражнениям, играм, различным заданиям на развитие мелкой моторики и координации движений руки, решаем сразу две задачи: во-первых, общее интеллектуальное развитие ребенка, во-вторых, подготовка к овладению навыком письма, что в будущем поможет избежать многих проблем школьного обучения.

Успешность работы по формированию двигательных навыков зависит от ее систематичности и регулярности.

Вашему вниманию представлен комплекс мер, способствующих развитию моторики рук и графических навыков

Эти упражнения полезны как для леворуких, так и для праворуких детей:

- **Пальчиковая гимнастика.** Целесообразно каждое занятие по подготовке к письму начинать с «пальчиковых игр», чтобы размять пальчики, для успешного выполнения детьми разнообразных графических упражнений.

- Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками, природным материалом. Эти игры оказывают прекрасное тонизирующее и оздоравливающее действие. Детям предлагается: сортировать по цвету, форме, размеру (можно предложить ребенку рассортировать различные виды семян с помощью пинцета), угадывать с закрытыми глазами, катать между большим и указательным пальцем. Можно научить ребенка перекачивать пальцами одной руки два грецких ореха или камешка, пальцами одной руки или между двух ладоней шестигранный карандаш. Можно предложить детям выкладывать буквы, силуэты различных предметов из семян, пуговиц, веточек и т.д.

Все занятия с использованием мелких предметов должны проходить под строгим контролем взрослых!

- **Занятия с пластилином.**

- **Шнуровки. Застёжки.**

- **Занятие с конструкторами. Закручивание гаек, шурупов.**

- **Игры с мозаикой. Пазлы.**

- **Вырезание ножницами.** Умение уверенно пользоваться ножницами играет особую роль в развитии ручной умелости. Для дошкольников это трудно, требует скоординированности движений. Симметричное вырезывание, вырезание различных фигурок из старых открыток, журналов — полезное и увлекательное занятие для будущих первоклассников.

- **Рисование различными материалами** — ручкой, простым карандашом, цветными карандашами, мелом, акварелью и т.д.

- **Работа с бумагой.** Складывание (оригами). Плетение. Отрывная аппликация. Развитию точных движений и памяти помогают плетение ковриков из бумажных полос, складывание корабликов, фигурок зверей из бумаги.

- **Графические упражнения.** «Нарисуй узор по клеточкам», «Нарисуй узор по точкам», «Соедини точки» и др.

- **Штриховка.** Правила штриховки: Штриховать только в заданном направлении. Не выходить за контуры фигуры. Соблюдать параллельность линий. Не сближать штрихи, расстояние между ними должно быть 0,5 см.

Ребенок должен стараться не отрывать ручку от бумаги и не прерывать линии. Умение свободно рисовать плавные линии слева направо, с наклоном сверху вниз и снизу вверх важно при формировании почерка.

- **Раскрашивание картинок в книжках-раскрасках.** Простой и эффективный способ подготовки руки к письму — книжки-раскраски. Раскрашивая любимые картинки, ребенок

учится держать в руке карандаш, использует силу нажима. Это занятие тренирует мелкие мышцы руки, делает ее движения сильными и координированными. Рекомендуется пользоваться цветными карандашами, а не фломастерами. Довольно часто мы торопим события, усаживая дошкольника за школьные прописи. А ребенок старается сверх сил и огорчается, чувствуя, что не оправдывает наши надежды. Или же, что гораздо хуже - начинает бояться будущих уроков и всего что с ними связанного. Самый короткий путь к учебе - через игру и живой интерес. Важно, чтобы подготовка к письму не превращалась в скучную механическую работу. Поэтому вы должны заинтересовать ребенка, увлечь его. Придумывайте различные истории, смешные задания.

Вашему вниманию предлагаются некоторые упражнения и игры:

Графическое упражнение «Нарисуй фигуры»

Нарисуйте две геометрические фигуры, одну большую одну маленькую. Дайте ребенку нарисовать внутри большой фигуры, постепенно уменьшающиеся фигуры, а вокруг маленькой постепенно увеличивающиеся фигуры. Касаться стенок предыдущей фигуры нельзя. Чем больше получится фигур, тем лучше.

Игра «Дождик»

В верхней части листа нарисованы тучки, внизу небольшие круги – место приземления капелек. Задачи: точными движениями, прямыми линиями сверху вниз «посадить» капельки в круги. Эта игра развивает руку, глазомер, внимание, учит ориентироваться на листе бумаги.

Игра «Зубочистка»

Взрослый заранее рисует на листе бумаги какую-нибудь букву, цифру или простой рисунок. После этого лист бумаги кладется на ковер, и ребенок должен при помощи зубочистки проколоть дырочки по контуру рисунка. Когда работа будет закончена, предложите ребенку посмотреть рисунок на просвет.

К концу подготовительной группы года дети должны:

- знать и соблюдать гигиенические правила письма (это посадка, положение рук при письме, положение ручки, тетради);
- ориентироваться в тетради, на строке, на странице;
- выполнять штриховку, соблюдая правила штриховки;
- уверенно пользоваться ножницами;
- изготавливать простые фигурки из бумаги путем складывания.
- Приведенные выше приемы подготовки руки к письму у дошкольника способствуют развитию не только мышц кисти, их координации, но и глазомера, а также формированию внутренней речи, образного и логического мышления.

Воспитатель Л.Н. Чеминава

ВСЕ О ДЕТСКОМ ПИТАНИИ



Ваш ребенок уже давно сидит за общим столом, ест и пьет самостоятельно. А что он ест? То же, что и взрослые? А Вы уверены, что это правильно? Питание детей дошкольников должно учитывать особенности его пищеварительной системы, она еще не окрепла и не сформировалась. Рацион питания ребенка 5 лет или 6 лет должен состоять из легко усваиваемых компонентов.

Здоровое питание дошкольников. Основные принципы следующие:

-энергетическая ценность должна соответствовать возрасту; завтрак должен составлять 25% суточной энергетической ценности, обед – до 40%, полдник – 10%, а ужин 25%;

-режим питания дошкольника организован или родителями или дошкольным учреждением с соблюдением санитарных норм; часы приема пищи должны быть строго постоянными, не менее 4 раз в сутки.

-все пищевые факторы должны быть сбалансированы; немного расширяется меню.

Также под запретом острые приправы и грибы. Можно делать блюда чуть острее за счет лука, чеснок и совсем небольшого количества перца в различных соусах к мясу или рыбе.

Из круп отдайте предпочтение перловой, пшенной – в них есть клетчатка.

Что в рационе ребенка – дошкольника: теплая и горячая пища не менее $\frac{3}{4}$ всего дневного рациона. И, конечно, основа – мясо, рыба, молочные продукты, макароны, крупы, хлеб, овощи и фрукты.

Белок. Организм растет, и только белок является строительным материалом. Источником легкоусваиваемого белка является мясо, лучше, если это будет телятина, мясо кур и индейки. Рыбу предпочтительно взять нежирную: треску, судака, хек, минтай, горбушу.

Не угощайте ребенка деликатесами – икрой, копченостями. Можно получить раздражение нежной слизистой оболочки желудка, а пользы 0%.

Можете прибегать и к жарению при приготовлении еды для ребенка, но сильно не зажаривайте. И все-таки лучше готовьте на пару котлетки и тефтельки или в соусе.

Не забывайте, что каждый день рацион питания ребенка должен состоять из молочных продуктов. Это могут быть кисломолочные – кефир, йогурт, ряженка, творог не более 5% жирности, молоко. Добавляйте молочные продукты в десерты, запеканки, каши, на бутерброды.

Ежедневно кормим ребенка овощами, фруктами и соками. В сутки дошкольник должен получать 250 г овощей, до 200 г картофеля, фруктов и ягод по сезону до 250 г. Витамины Ваш ребенок может получить только из свежих овощей-фруктов. Какие овощи? Пусть это будет капуста, огурцы, помидоры, редиска, салат, зелень укропа и

петрушки. Соки и нектары тоже давайте каждый день. Если не получается давать свежий сок, покупайте соки, предназначенные для детского питания.

Хлеб выбирайте правильный, из цельных зерен, ржаной, а макароны, сделанные из муки твердых сортов пшеницы.

Сливочное масло не более 20 г в день и растительное масло (10 г), конечно, используем, лучше в уже готовые блюда. Не давайте жирную пищу ребенку вечером. К ночи активность работы желудка сильно снижается у ребенка, и если пища не успеет перевариться до сна, то получите не только проблемы с пищеварением, но и с крепким сном!

Что еще должен знать родитель?

1. Если Вы кормите ребенка дома после детсада, взгляните на меню дня перед уходом. Не готовьте те продукты или блюда, которые он уже ел.

2. Основные продукты для ежедневного питания были перечислены, а вот такие, как твердый сыр, сметана, яйца, рыба – не для ежедневного приема, 1 раз в 2-3 дня.

3. Пищу готовьте безопасную, например, мясо не целым куском, а рубленое, чтобы ребенок не подавился.

4. То же относится и к рыбе: вынимайте все до одной кости, или делайте фарш.

5. Так бывает, что ребенок отказывается есть ту или иную пищу. Не уговаривайте, не заставляйте. Поинтересуйтесь, почему не хочет, попробуйте сами. Вы же тоже не все едите. Измените рецепт. Или этот же продукт добавьте в другое блюдо.

6. Чистую питьевую воду ребенок может пить, сколько хочет, а вот сладкие напитки нужно контролировать и ограничивать, а особенно это касается магазинных напитков.

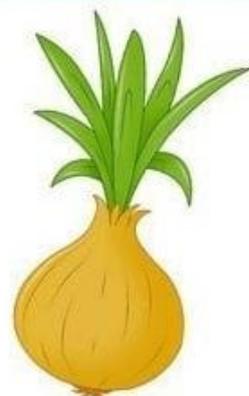
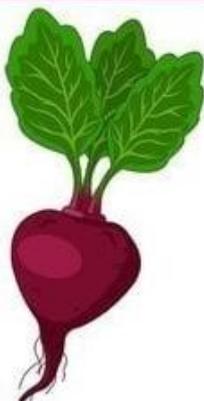
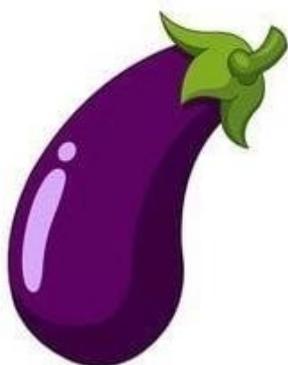
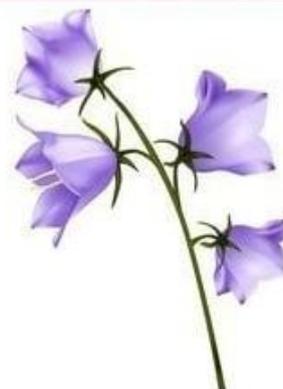
В этом возрасте норма сахара – 50 г в день. В сладкой газированной воде это превышение в 7 раз! Задумайтесь, прежде чем покупать такой напиток.

7. Общая калорийность пищи примерно 1800 ккал, а по весу в день ребенок должен съесть около 1,5 кг пищи.

Да, хлопотно это готовить отдельно здоровое питание дошкольников, но ведь можно и для себя, взрослого готовить правильную здоровую еду без острого, жирного, сладкого. А предпочтение – овощам, фруктам. Это еще будет отличным примером для ребенка и залогом семейного здоровья!



ЧЕТВЕРТЫЙ ЛИШНИЙ



Найди 10 отличий

