

МКДОУ д/с комбинированного вида №6
Газета для родителей №4
(июнь, июль, август 2024 год)
Младшая группа

КАПЕЛЬКИ



Читайте в номере:

- 1. О летнем отдыхе детей
(консультация для родителей)**
- 2. Какие игрушки нужны детям ?**
- 3. Игры с детьми**
- 4. Наши будни**
- 5. Поиграйка**



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. И здесь, как нам кажется, в известной мере вам могут пригодиться наши советы.



СОЛНЦЕ ХОРОШО, НО В МЕРУ



Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Это касается и самых маленьких – грудных детей. Однако если более старшим дошкольникам разрешается понемногу загорать, то малышам прямые солнечные лучи могут причинить вред.

Самая большая опасность – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна.

До трёх лет световоздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев.

При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка.

Сначала от одежды освобождаются руки и ноги, а затем остальные части тела.

Уже с 1,5 летнего возраста световоздушные ванны ребёнок может принимать в одних трусиках.





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.

Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела.

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.



Продолжительность первой такой ванны – 5 минут, затем время постепенно увеличивается до 30-40 минут.

Световоздушные 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.

Дети дошкольного возраста после недельного курса световоздушных ванн могут начать принимать солнечные ванны.

Загорать ребёнок может лёжа, а ещё лучше во время игр и движения.

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.





При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны.

Это:

- головокружение,
- слабость,
- головная боль.

У малышей часто отмечается расстройство кишечника.

В тяжёлых случаях могут появиться;

- судороги,
- рвота,
- потеря сознания.

Во всех 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.



О ПУТЕШЕСТВИЯХ С ДЕТЬМИ

Ехать или не ехать с ребёнком на юг? - вопрос встаёт перед родителями довольно часто. Что можно посоветовать по этому поводу? Если вы живёте в средней полосе и если речь идёт о грудном ребёнке, то вряд ли стоит отправляться с ним в продолжительную поездку.

Поэтому самое лучшее – вывезти его на дачу. Точно так же нужно поступить и в тех случаях, если вашей дочери или сыну не исполнилось ещё трёх лет.

Чем меньше ребёнок, тем тяжелее он приспосабливается к изменениям обстановки и климата. В этих благодатных местах в первые дни малыши становятся капризными, у них пропадает аппетит, появляются нарушения пищеварения и сна.

Приспособление к новым климатическим условиям у детей первых трёх лет жизни продолжается иногда неделю, а то и две.

Едва ребёнок успеет привыкнуть к новому климату, как надо собираться в обратный путь.

Такой отдых для ребёнка чреват развитием различных заболеваний.

В результате все затраты, заботы и хлопоты могут пойти впустую.



ЗАКАЛЯЕМСЯ ВОДОЙ

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:

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



Какие игрушки нужны детям?

Игрушки служат для ребенка средой, которая позволяет им выражать свои чувства, исследовать окружающий мир, учить общаться и познавать себя.

Зачем ребенку любимая игрушка?

У каждого ребенка должна быть такая игрушка, которой он может пожаловаться, которую поругает и накажет, пожалеет и утешит.

Именно она поможет ему преодолеть страх одиночества, когда родители куда-нибудь уйдут, страх темноты, когда выключается свет и надо уснуть. Ей может быть – мишка, котёнок, зайчик, существо близкое ему и понятное.



Так какие же игрушки нужны детям?

Игрушки копирующие предметы реальной жизни: кукольное семейство (семья игрушек), кукольный домик, мебель, посуда, машины, железные дороги, телефон и т.д. игрушки помогающие „выплеснуть“ агрессию: солдатика, мячи, резиновые игрушки, кегли и т.д. Игрушки для развития творческой фантазии и самовыражения: кубики, матрёшки, пирамидки, настольные игры, краски, пластилин, мозаики

И помните, при покупке игрушек пользуйтесь простым правилом:

Игрушки следует выбирать, а не собирать!!!

Игрушки должны выглядеть как можно ближе к оригиналу и быть достаточно прочными.





Мыльные пузыри

Казалось бы, что может быть проще! Однако надувание мыльных пузырей не такое уж простое занятие для маленьких детей. Нужно научиться правильно складывать губы и дуть в нужном направлении.

Также непростой задачей может оказаться держание бутылочки или палочки для надувания. Так что начинайте потихоньку. Не забывайте, что пузыри можно надувать не только специальной палочкой или соломинкой, но и с помощью небольших пластиковых баночек, ершиков, мухобоек с дырочками. Сначала продемонстрируйте малышу, как это «устройство» работает, затем помогите повторить самостоятельно.

Скакалка

Прыгать на скакалке дети учатся где-то в 5-6 лет, но можно попробовать поучиться и раньше. Начните с самого простого - обычных прыжков. Дети очень любят прыгать через трещины в асфальте, камни, лужи. Отработав этот навык, можно начинать прыгать через скакалку. Для начала просто положите ее на пол и дайте ребенку через нее несколько раз перепрыгнуть. Затем начинайте скакалку немного поднимать, но не слишком высоко. Затем перекидывайте скакалку через голову, пусть ребенок перешагивает, потом перепрыгивает.



Игра в мяч

Игра в мяч развивает самые разные навыки - независимо от того, кидает ребенок мяч, ловит или пинает его.

Обычно до пяти лет дети не очень хорошо могут кидать и ловить мяч. Для этого необходимо иметь хорошую зрительно-моторную координацию. Однако никогда не рано начинать учиться. Используйте мячи разных размеров, ловите и кидайте мяч по очереди. Не используйте тяжелые мячи. Начинайте с небольшого расстояния, затем постепенно его увеличивайте.



Обруч

Даже для некоторых взрослых использование обруча по его прямому назначению - дело непростое, так что уж тут говорить о маленьком ребенке. Но ведь существует и много других игр с обручем! Например:

- *положите обруч на пол и закидывайте в него что-нибудь;



- *предложите ребенку использовать обруч как руль - и посмотрите, какую игру он придумает;
- *разложите несколько обручей на полу и предложите ребенку попрыгать в них разными способами;
- *поставьте несколько обручей на ребро, пусть ребенок проползет внутри них как по тоннелю.



Наши будни







ПОМПРАЙКА

Пальчиковая игра «Как живешь?»

- Как живешь?
- Вот так! *(большие пальцы вперед)*
- Как плывешь?
- Вот так! *(имитация плавания)*
- Как бежишь?
- Вот так! *(указательные и средние пальцы «бегут»)*
- Вдаль глядишь?
- Вот так! *(«бинокль»)*
- Ждешь обед?
- Вот так! *(Подпереть щеку кулачком)*
- Машешь вслед?
- Вот так! *(помахать кистью руки)*
- Утром спишь?
- Вот так! *(обе руки под щеку)*
- А шалишь?
- Вот так! *(хлопнуть по надутым щекам)*



Пальчиковая игра Апельсин

Мы делили апельсин
*(левая рука в кулачке,
правая ее обхватывает)*
Много нас, а он – один
Эта долька – для ежа
*(правой рукой поочередно разжимаем
пальчики на левой руке)*
Эта долька – для чижа
Эта долька – для котят
Эта долька – для утят
Эта долька – для бобра
А для волка - кожура!
(Встряхиваем обе кисти)



«Два медведя».

Сидели два медведя

На тоненьком суку:

руки согнуты в локтях- сжаты в кулаки, прижаты к туловищу, ребёнок покачивается из стороны в сторону)

Один читал газету,

(разводим руки в стороны как при чтении газеты)

Другой молот муку.

(стучим одним кулаком по другому)

Раз ку – ку, два ку – ку –

Оба шлёпнулись в муку.

(кулаки падают на колени) Нос в муке, (показывает пальцем на нос)

Хвост в муке, (показыв. рукой за спину)

Ухо в кислом молоке.

(берёмся пальцами за ухо).



«Совушка-сова».

Совушка-сова, большая голова,

На суку сидит,

Во все стороны глядит –

(руки ребёнка обнимают его лицо и плавно поворачивают голову влево-вправо)

да вдруг как полетит!

(«улетаем»).

