

Ежемесячная газета для родителей и детей
Выпуск 62 (2020 г.)

Наш сайт: <http://ds18.cuso-edu.ru>

<https://twitter.com/7Vt8jgWrIN7Spa4>



"Радужные Вести»



В номере

«Нужна ли специальная форма на занятиях физкультурой?»

«Крупная польза мелкой моторики»

«Путешествие по Самарской Луке»

«Спортивная форма для занятий по физической культуре»



Здоровье — это бесценный дар, который преподносит человеку природа.

Здоровый ребенок характеризуется, прежде всего, гармоничным, соответствующим возрасту физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием.

Физкультурное занятие обязательно требует соблюдения техники безопасности в спортзале. Спортивная форма на занятиях — это обязательное условие их проведения. Ребенок получает полное физическое развитие, учится ползать, бегать, лазать. Чтобы вашему ребенку было удобно, необходимо приобрести: футболку, шорты, чешки, носочки.

Нужно помнить, что во время физических упражнений повышается потоотделение, поэтому в этой же одежде, в соответствии с санитарными требованиями, нельзя находиться далее в групповой комнате. Во всех возрастных группах физкультурные занятия имеют высокую моторную плотность, то есть 80-90% занятия дети двигаются, в результате чего одежда становится влажной и теряет былую чистоту.

Поэтому для поддержания здоровой гигиены ребенку необходимо иметь для занятий форму. Кроме этого, специальная одежда и обувь являются соблюдением техники безопасности. Спортивная форма не стесняет движений малыша, он может выполнять различные упражнения с большой амплитудой.

Давайте вместе заботиться о том, чтобы детям было комфортно не только на физкультурных занятиях, но и после них.

К правильной форме одежды относятся: спортивная футболка, шорты, носочки, обувь.

1. Футболка должна быть изготовлена из несинтетических, дышащих материалов, без декоративных элементов, отвлекающих внимание детей. Желательно, чтобы у всех детей группы были футболки БЕЛОГО цвета. Это вырабатывает у детей командный дух при проведении эстафет и спортивных праздников.



2. Шорты должны быть неширокие, не ниже колен. Многие дети приходят на занятие в бриджах, или в шортах из не тянущегося материала, что мешает им выполнять основные виды движения, такие как прыжки, бег, упражнения на растяжку.

3. Спортивная обувь - лёгкая с прочной резиновой подошвой. Спортивная обувь при активных движениях должна надежно поддерживать стопу ребенка. Для профилактики травм важна плотная фиксация стопы и наличие негладкой, амортизирующей подошвы.

ЧЕШКИ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НЕ ПОДХОДЯТ,

они только для музыкальных занятий, поскольку тонкая кожаная подошва чешек скользит и совершенно не амортизирует, кроме этого, чешки не обеспечивают поддержку и фиксацию стопы.

Выделим важные критерии при выборе спортивной обуви:

1. Спортивная обувь должна быть по размеру, а НЕ на вырост или мала

- Если обувь будет больше, то она может слететь с ноги во время бега или выполнении упражнения и пока ребенок остановится, чтобы ее поправить, то может произойти столкновение и получение травмы

- Если обувь будет меньше, то это может привести к неправильному формированию костей стопы и возникновению проблем со здоровьем в будущем



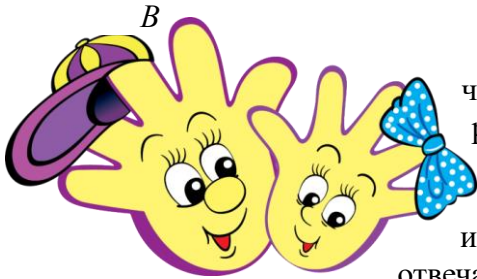
2. Для детей дошкольного возраста спортивная обувь должна быть без супинатора, т. к. до 5-6 летнего возраста это выполняет жировая подушечка, которая отвечает за правильное формирование мышц и костей свода стопы у ребенка. А если за это будет отвечать супинатор обуви, то эта функция стопы освобождается, и она, как любая мышечная конструкция начинает лениться.

3. Спортивная обувь должна быть практична и без различных светящихся или звенящих элементов (это отвлекает детей во время занятия и может привести к травматизму)

Наличие всех вышеперечисленных вещей несет в себе не только соблюдение и выполнение гигиенических и санитарных норм, но и выступает как один из элементов формирования эстетического вкуса детей.

Подготовила инструктор по физической культуре Резникова С.А.

«Крупная польза мелкой моторики» или «Умные ручки»



Ни для кого сегодня уже не секрет (ученые давно доказали!), что существует связь между мелкой моторикой руки и развитием речи. Мелкая моторика рук - это разнообразные движения пальчиками и ладонями.

Дети, у которых лучше развиты мелкие движения рук, имеют более развитый мозг, особенно те его отделы, которые отвечают за речь. Иначе говоря, чем лучше развиты пальчики малыша, тем проще ему будет осваивать речь.

Поэтому очень важно уже с самого раннего возраста развивать у ребёнка мелкую моторику. К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторикой большинство родителей узнают только перед школой. Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребенка: кроме усвоения новой информации, приходится еще учиться удерживать в непослушных пальцах карандаш. Что же делать, если обнаружилось недостаточно хорошее развитие мелкой моторики?



Во-первых, надо набраться терпения и постепенно, шаг за шагом, исправлять этот недостаток. А, во-вторых, заниматься развитием руки не время от времени, а систематически, каждый день.

Но просто делать упражнения малышу будет скучно – лучше, если Вы сможете (и захотите) обратить их в интересные и полезные игры.

Чем же можно заняться?

- Разминать пальцами тесто, глину, пластилин, лепить что-нибудь.

- Нанизывать бусинки, пуговицы на нитки.
- Завязывать узлы на толстой и тонкой верёвках, шнурках.
- Заводить будильник, игрушки ключиком.
- Штриховать, рисовать, раскрашивать карандашом, мелками, красками.
- Резать ножницами (*желательно небольшого размера*).
- Конструировать из бумаги, шить, вышивать, вязать.
- Рисовать узоры сыпучими материалы с последующим окрашиванием пипеткой, тампоном или просто пальчиком.
- Заниматься на домашних снарядах, где требуется захват пальцами (*кольца, перекладина*).
- Хлопать в ладоши тихо, громко, в разном темпе.
- Катать по очереди каждым пальцем мелкие бусинки, камешки, шарики.
- Делать пальчиковую гимнастику

Руки - инструмент тонкий, и «настраиваются» они в течение долгого времени. Очень полезны мозаики, аппликации, рисование карандашами, мелками, красками, а то и просто пальчиками, а также вырезание из бумаги. В общем-то, практически все действия, требующие работы руки и пальцев, способствуют формированию мелкой моторики руки.



Уважаемые папы и мамы, бабушки и дедушки! Наступит время, когда ваш любимый ребенок будет ловко и быстро работать всеми десятью пальцами, движения рук будут точными и аккуратными. Но прежде необходимо набраться терпения и понимания, удерживаться от обвинений в адрес малыша: «Что у тебя за руки-крюки?!» и не злиться, когда очередная деталь сервиза будет разбита. Руки ребенка пока еще «не слушаются» своего хозяина, но малыш совсем не при чем.

К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторикой большинство родителей узнают только перед школой. Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребенка: кроме усвоения новой информации, приходится еще учиться удерживать в непослушных пальцах карандаш. Что же делать, если обнаружилось недостаточно хорошее развитие мелкой моторики?

Во-первых, надо набраться терпения и постепенно, шаг за шагом, исправлять этот недостаток. А, во-вторых, заниматься развитием руки не время от времени, а систематически, каждый день.

В детском саду педагоги, конечно же, также уделяют повышенное внимание развитию моторики детей: рисование, лепка, работа с ножницами, мозаики и конструктор, шнуровка и пазлы, штриховка и графические диктанты, пальчиковые игры и театр.



Родители с ребенком дома могут также играть в веселые пальчиковые игры. Можно использовать стишки с прописанными движениями или придумывать с ребенком самим. Есть готовые схемы – рисунки, а можно ее придумать и зарисовать вместе с малышом, чтобы потом вспомнить по рисунку стишок и повторить движения.

Всего несколько минут в день помогут Вашему малышу развить руку и речь, что будет залогом успешного обучения в школе в будущем. А главное – время, когда Вы вместе с малышом весело и с интересом «играли с ручками» (рисовали, лепили, вырезали, штриховали, собирали пазлы или просто «показывали» жестастишки), станет Вашим общим радостным воспоминанием.



Подготовила воспитатель Еременко Алена Анатольевна

«Краеведение в дошкольном возрасте»



«Как у маленького деревца, еле поднявшегося над землёй, заботливый садовник укрепляет корень, от мощности которого зависит жизнь растения на протяжении нескольких десятилетий, так воспитатель должен заботиться о воспитании у своих детей чувства безграничной любви к Родине».

В. А. Сухомлинский

Дошкольное детство – пора открытий. Наша задача – помочь ребёнку делать открытия, наполнив их воспитывающим содержанием, которое способствовало бы формированию нравственных чувств. Пусть маленький человек с вашей помощью открывает красоту родного города, удивляется тому новому, даже то что казалась ему давно известно.

Какие прекрасные, необычные, фантастические, места есть у нас в Самарской области. Она богата лесами, полями, лугами и цветами. В наших лесах много различных животных, удивительных растений. В реках и озерах много рыб редких пород. Природа имеет важное значение в жизни каждого человека.

Большое количество легенд и мифов ходят про наш край.

И сколько написано сказок, песен и стихотворений про Самарскую область

А вы знаете что Самарская Лука — один из уникальных уголков России.

Сколько заповедных и даже аномальных мест и троп проходят по нашему национальному парку Самарская Лука.

А еще Самарская Лука ежегодно притягивает огромное количество туристов. Горы, солнце и свежий воздух дарят радость всем гостям этого природного уголка. Особенно популярны у туристов три направления — Молодецкий курган, гора Стрельная и штольни села Ширяево.



Педагоги нашего детского сада «Радуга» и воспитанники и родители с удовольствием посещают экскурсии по Национальному парку Самарская Лука.



В нашем детском саду дети старшего дошкольного возраста знакомятся с родным краем, в рамках студийной и кружковой работы "Мой любимый край - Самарский".

У нас есть интерактивный помощник кот-Лука Котофеевич приглашает детей в захватывающее приключение с интересными видео экскурсиями, играми и познавательными мультфильмами.

Дети узнают о географическом положении Самарской области, о городах и их истории, чем они уникальны и особенны. Узнают об истории и культурой разных народов, проживающих в Самарской области. Знакомятся с заповедником имени И.И. Спрыгина,



уникальным растительным и животным миром и с Национальным парком "Самарская Лука".

Узнают о знаменитых людях, музеях, театрах, учебных заведениях не только

нашего города Жигулевска, но Самарской области.

Дети познакомятся с легендами и

сказками, мифами города Жигулёвска и Самарской области.



Краеведение в ДОУ является одним из источников обогащения детей знаниями о родном крае, воспитания любви к

нему и формирование нравственных качеств, раскрывает связи родного края с Родиной.

Каждый момент ознакомления с родным краем должен быть пронизан воспитанием уважения к человеку – труженику, защитнику, достойному гражданину своей Отчизны.



Знают взрослые и дети
Много есть чудес на свете:
Пирамиды и вулканы,
Джунгли, степи, океаны,
Но хочу сказать, друзья:
«Мне милей моя земля:
Жигулёвск, Волга река
И Самарская Лука.
Здесь родные мне просторы,
Васильковые поля,
Просто сказочные горы!
Это Родина моя!

(Шеховцова Маргарита, Наскина Анастасия)



Подготовила воспитатель Андреева Светлана Александровна

ОКтябрь

Белочка просит:



Прочитай стихотворение

«Осень»

Поспевает брусника,
Стали дни холоднее.
И от птичьего крика
В сердце только грустнее.
Стаи птиц улетают,
Прочь, за синее Море.
Все деревья блистают
В разноцветном уборе.
Солнце реже смеется,
Нет в цветах благовонья.
Скоро Осень проснется,
И заплачет спросонья.

(Константин Бальмонт)

Отгадай загадки

Листья собраны в кочан
В огороде у сельчан.
Без нее во щах не густо.

Как зовут ее?
(Капуста)

Красна девица
Сидит в темнице,
А коса на улице.

(Морковь)

Без окон без дверей
Полна горница людей.

(Огурец)

Выучи считалочку и
поиграй с овощами

Чищу овощи для щей.
Сколько нужно овощей?
Три картошки, две морковки,
Луку полторы головки,
Да петрушки корешок,
Да капустный кочешок.
Потеснись-ка ты, капуста,
От тебя в кастрюле густо!
Раз-два-три, огонь зажжен.
Кочерыжка, выйди вон!

Ох, как много листочков на нашей полянке. Ты можешь их посчитать? Как называется явление, когда деревья сбрасывают листья?