Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 102» г. Ярославля

ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

СОЛНЕЧНЫЙ ГОРОД

МАЙ 2020г.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ

Календарь событий

Фоторепортаж

О здоровье всерьёз

Специалисты советуют

Игры на кухне (чем занять ребенка дома)

Внимание, конкурс

Скажем вместе, СПАСИБО

Календарь событий

Долгожданная весна.
Этот праздник принесла.
Праздник наших милых дам,
Счастья, дорогие, вам!
Все цветы со всей Земли.
Заслужили только вы.
Столько нежности, тепла.
Вы приносите всегда.
Будьте ярки и красивы,
Обаятельны, любимы.

Международный Женский день – 8 марта стал один из самых любимых праздников в мире. И традицией осталось встречать каждую новую весну замечательным женским праздником. Этот день согрет лучами солнца, женскими улыбками, украшен россыпью цветов. И для нас - это самый любимый праздник в нашем детском саду.

Подготовка началась задолго до наступления праздника. Воспитатели с детьми разучивали стихотворения, проводили беседы, репетировали сценки, вместе с музыкальным руководителем разучивали песни и пляски. Для любимых мам и бабушек изготовили подарки: поздравительные открытки, поделки своими руками. Огромную работу провели по оформлению групп и музыкального зала. Везде царила атмосфера праздника.

Всю предпраздничную неделю шли утренники, посвящённые Международному женскому дню, очень было интересно и весело.

Дети с мамами пришли на утренник нарядные, весёлые в предвкушении праздника. И их надежды оправдались.

На праздники к детям приходили разные сказочные гости. Дети своими стихами, танцами, песнями подарили мамам и бабушкам много добрых слов, нежности и внимания. Посмотрев выступления своих детей, многие мамы были растроганы до слёз. А в некоторых играх взрослые участвовали наравне с детьми. Родители были очень довольны и гордились успехами своих детей.

ФОТОРЕПОРТАЖ

О здоровье всерьёз

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА И КОРОНОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ.

Вирусы гриппа и коронавирусной инфекции вызывают у человека респираторные заболевания разной тяжести. Симптомы заболевания аналогичны симптомам обычного (сезонного) гриппа. Тяжесть заболевания зависит от целого ряда факторов, в том числе от общего состояния организма и возраста. Предрасположены к заболеванию: пожилые люди, маленькие дети, беременные женщины и люди, страдающие хроническими заболеваниями (астмой, диабетом, сердечно-сосудистыми заболеваниями), и с ослабленным иммунитетом.

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно - капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за различной пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

КАКОВЫ СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Вызовите врача.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

Часто проветривайте помещение.

Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами. Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.). Ухаживать за больным должен только один член семьи.

Специалисты советуют

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ САМОИЗОЛЯЦИИ.

Какие могут быть рекомендации для родителей в период самоизоляции?

Первая, и, наверное, самая важная – не менять режим дня своего ребенка. По возможности сделать его приближенным к режиму детского сада. Конечно, тяжело вставать рано, особенно, если Вы «сова». Но, соблюдая режим дня, Вы и сами удивитесь, насколько бодрее, интересней, ярче станут ваши будни в самоизоляции.

Итак, что происходит утром в детском саду?

Детей педагоги встречают на улице в хорошую погоду и в теплое время года. Сейчас весна, очень теплая и ранняя в нашем регионе, а значит, и Вы можете утром, перед завтраком погулять с ребенком, если есть возможность в уединенном месте, где нет большого скопления людей или на балконе, минут 15-30. Дальше идет зарядка, потом – завтрак (8.30. – 9.00).

После завтрака в детском саду идут занятия, направленные на познавательное, интеллектуальное, физическое, музыкальное, психологическое развитие ребенка. Это и развитие речи, и математика, лепка, рисование, конструирование и многое другое.

Что можете Вы? Вы можете дать ребенку необходимые знания и умения в этот непростой период в домашних условиях. Ваша задача не заставлять ребенка заниматься, а научить ребенка самому хотеть получать новые знания и навыки. Конечно, все это должно подаваться ребенку в виде игры, интересной для данного малыша, то есть – по возрасту, по интеллектуальным способностям, а самое главное, количество времени на занятие ребенка должно строго соответствовать возрасту. Всю информацию можно найти в интернете, равно как и сами занятия. Не забывайте, что даже во время увлеченной работы ребенка, например, с пластилином, Вы должны находиться рядом с малышом. Большинство из родителей думают: чем бы таким занять ребенка, чтобы он мне не мешал? Спросите себя, чем мешает Вам именно ваш ребенок? Сидеть в интернете? Общаться с подругой по телефону, переливая из пустого в порожнее? Смотреть в телевизор или в телефон?

Итак, после утренних занятий дети в детском саду отправляются на прогулку, которая длятся в зависимости от возраста от одного часа до двух. Это время рассчитано не случайно. Именно столько нужно ребенку, чтобы выплеснуть накопившуюся энергию. Что это значит? Если Вы когда ни будь видели, как дети разбегаются по участку детского сада, с криками и радостью на лицах, Вы должны понять, что я имею в виду. Ребенку жизненно необходим свежий воздух и возможность активно

побегать и громко покричать. Так дети снимают накопившуюся энергию, в том числе и негативную – агрессию, раздражение и т.д.

После прогулки, конечно, обед. Что такое обед в детском саду? Это первое, второе и компот. У Вас так же? Почему я задаю этот вопрос? После длинных каникул, затяжной болезни у всех детей без исключения, в той или иной степени происходит дезадаптация к детскому саду (психологическая, физическая и пищевая, как бы странно это ни казалось). Поэтому, старайтесь на период карантина готовить детям приближенную к детсадовской пищу. Она довольно сбалансированная и по калориям, и по витаминам, а так же, разнообразна. То есть, бутерброды и пицца не та пища, которой надо кормить ребенка во время самоизоляции.

Наступает тихий час. Он обязателен для всех детей дошкольного возраста, даже если Ваш ребенок не спит. Пусть полежит час в кровати, это расслабляет и восстанавливает силы ребенка, да и Ваши тоже. Это время родителей. Можно посидеть в интернете, посмотреть телевизор и т.д.

Потом – полдник и свободное время для Вас и Вашего малыша. Пусть ребенок поиграет в любимые игры. Это время хорошо бы потрать на наблюдение за ребенком. Как он играет, умеет ли он это делать, на что отвлекается, что предпочитает. Если ребенку необходимо сопровождение – научите его играть самостоятельно. Предложите сюжет игры, в которой он может проиграть несколько ролей. На начальном этапе придется играть вместе, а потом, сославшись на свои дела, Вы сможете все чаще и на более длительный срок оставлять ребенка с самими собой.

Пришло время ужина и прогулки перед сном. В хорошую погоду не рекомендую пропускать возможность погулять вечером. Дети лучше и крепче спят. После вечерней прогулки они более спокойные. На ночь можно почитать, посмотреть мультфильм. Время мультика должно быть ограничено возрастом. Считается, сколько ребенку лет, столько в минутах он и должен смотреть телевизор. Значит, три года – три минуты. Эти правила были разработаны в Советском Союзе. Старайтесь не перегружать малыша телевизором. Телефоны, планшеты, компьютер необходимо исключить по возможности совсем.

Кратко рассказав Вам о режиме работы детских садов, и призывая Вас следовать данному режиму с небольшой поправкой на «каникулы», я преследую, психологические цели и задачи. Ведь, если Вы будете придерживаться этих правил, у психологов не будет проблем с дезадаптацией детей после самоизоляции. Наоборот, дети рады будут вернуться в социум, к своим друзьям и любимым педагогам. Большинству из Вас покажется утопией мой призыв. А теперь представьте, что каждый день, в течение многих лет педагоги работают в таком режиме с Вашими детками. Обучают, наблюдают, сопровождают. И детей у них не один - два, а двадцать – тридцать!

Удачи и терпения Вам!

Педагог – психолог МДОУ №102
Рыжикова Юлия Александровна

Игры на кухне (чем занять ребенка дома)

Когда мы вынуждено должны находиться дома нужно срочно придумать занятие для детей. С помощью подручных материалов вы можете выиграть несколько свободных часов и развлечь ребёнка, даже если ему надоели все игрушки.

1. **Борьба сумо**

С помощью папиной футболки и подушек можно устроить сражение. В большую футболку помещаются маленькие дети и мягкие подушки. Чем шире окажутся бойцы в обхвате, тем безопаснее поединок.

2. Рисование на бутербродах

Радугу на тостах и делать, и есть очень весело. Ингредиенты: хлеб, сгущённое молоко, пищевой краситель. Несколько капель краски растворите в сгущёнке, разрисуйте хлеб чистыми кисточками. Приятного аппетита.

2. **Игры с разноцветным рисом**

Ингредиенты: рис, белый уксус, пищевые красители, чистые пакеты. Разведите красители в небольшом количестве уксуса. Положите горсть риса в полиэтиленовый пакет, вылейте туда краску, плотно завяжите и перемешайте рис, чтобы прокрасить всю крупу. Детям, кстати, нравится и сам процесс перемешивания, когда можно вдоволь крутить и тискать пакетик, и результат. Прокрашенный рис нужно просушить и использовать для картинок, аппликаций и всевозможных поделок.

3. **Масса для лепки своими руками**

Сделать массу можно за пару минут, а развлекаться с ней дети будут часами. Понадобятся: клей ПВА (240 мл); борнокислый натрий, также известен под названием «бура», продаётся в хозяйственных магазинах и в отделах для садоводов (чайная ложка); вода и пищевые красители. Перемешайте в миске клей с водой, добавьте несколько капель красителя. Растворите буру в половине стакана тёплой воды и влейте раствор в цветной клей, продолжая размешивать массу. Когда масса загустеет и станет тянуться, помесите её руками, как тесто, и через несколько минут у вас в руках окажется пластичная масса, которая не липнет к поверхностям и не пахнет! Из неё можно даже надувать пузыри.

Старший воспитатель
Горбунова Е.А.

Внимание, конкурс…

В нашем детском саду продолжается эколого-благотворительная акция «Добрые крышечки». Сдавая крышечки на переработку, мы очищаем природу и помогаем детям – инвалидам.

В дежурной группе, которая работает в детском саду с 6 апреля, ребята, вместе с педагогом Шароуховой О.Е., начали подготовку к светлому празднику Пасха. Они смастерили подставки для яиц и украшения для пасхальных букетиков вербы.

Приближается и праздник День Победы. Несмотря на карантинные мероприятия и перенос празднования, мы предлагаем Вам поучаствовать в конкурсе рисунков «Весна Победы». Работы ваших детей можно присылать на почту детского сада yardou102@yandex.ru

Скажем вместе, СПАСИБО

БОЛЬШОЕ СПАСИБО!

Курьянову Антону Викторовичу

и Кутумову Андрею Сергеевичу

(группа «Солнышко»)

Танкович Андрею Анатольевичу

и Смагину Федору Ивановичу

(группа «Матрёшка»)

за сильные, добрые руки:

наполнение песочницы песком для игр детей.

Отдельно, огромное спасибо семье

Дёмочкиной Наташи

(группа «Цыпленок»)

за помощь в благоустройстве участка.