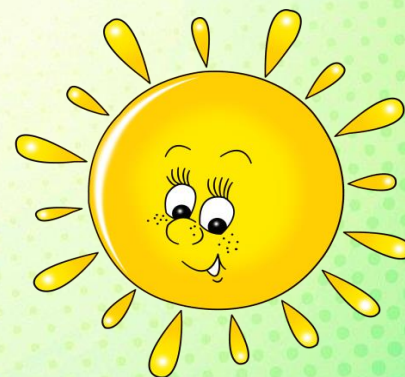


Журнал группы № 13



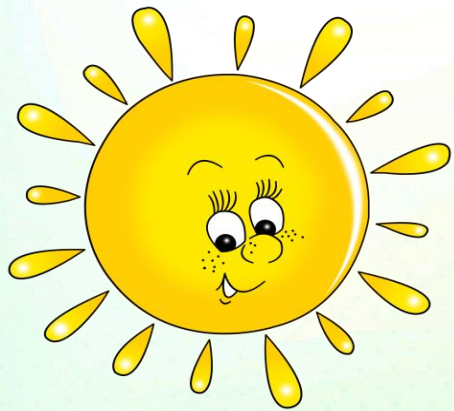
2023-2024 г.г.
1 часть

Рубрики



1. *Профессия – педагог*
2. *Наши звезды*
3. *Здоровье детей в наших руках*
4. *Очумелые ручки*
5. *Калейдоскоп событий*
6. *Ха-ха-тушки*





Профессия – педагог



В группе работают:

**Кокшарова
Мария Николаевна**

Образование – среднее
профессиональное, закончила
– Государственное
образовательное учреждение
среднего профессионального
образования, педагогический
колледж № 5
Санкт-Петербурга

Стаж работы – более
10 лет

Категория – высшая

Воспитатель



В группе работают:

Воспитатель



Прыткова
Елена Валерьевна

Образование – высшее,
закончила – Ульяновский
государственный
педагогический
университет

Стаж работы – более
5 лет

Категория – высшая

В группе работают:

Учитель-логопед



Уманская
Анастасия
Александровна

Образование – высшее,
закончила –
Ленинградский
Государственный
Областной Университет
им. А.С. Пушкина

Стаж работы –
Боле 10 лет

Категория – высшая

В группе работают:

Помощник
воспитателя



Колянова
Ольга
Николаевна

Высказывания о педагогике:

"Люди, избалованные
в детстве, сохраняют
особый отпечаток
до конца жизни."

И.С. Тургенев

"Ребенок всегда способен
преподать взрослому три
урока: он весел безо всякой
причины, всегда чем-то
занят и умеет любой ценой
добиваться желаемого".

Марк Твен

"Величайшая ошибка при
воспитании - это
чрезмерная
торопливость"

Ж.-Ж. Руссо

"Только личность может
действовать на развитие и
определение личности,
только характером можно
образовать характер."

К.Д. Ушинский

«Хорошее воспитание
надежнее всего
защищает человека от
тех, кто плохо
воспитан»

Ф. Честерфилд

Наши звезды



Наша группа

Мы спешим. В учебный час
Добрый дом встречает нас.
Здесь любимые игрушки,
Здесь друзья и здесь подружки.

НАША
ГРУППА



Здоровье детей в наших руках



Режим дня дошкольника

Приучая детей к определенному режиму, к выполнению гигиенических требований, мы создаем у них полезные для организма навыки и тем самым сохраняем их здоровье. Твердый режим дня, установленный в соответствии с возрастными особенностями детей, — одно из существенных условий нормального физического развития ребенка.



Основное требование к режиму — это точность во времени и правильное чередование, смена одних видов деятельности другими. Должно быть установлено время, когда ребенок ложится спать, встает, ест, гуляет, выполняет несложные, посильные для него обязанности. Время это необходимо точно соблюдать.



Сон. Только во время сна ребенок получает полный отдых. Сон должен быть достаточно продолжительным: дети 3—4 лет спят 14 часов в сутки, 5—6 лет — 13 часов, 7—8 лет — 12 часов. Из этого времени необходимо, особенно для младших детей, выделить часа полтора для дневного сна. Дети должны ложиться не позднее 8—9 часов вечера.

Питание. Дети получают питание 4—5 раз в день. Первая еда дается через полчаса, во всяком случае не позднее чем через час после пробуждения ребенка, а последняя — часа за полтора до сна. Между приемами пищи должны быть установлены промежутки в 3—4 часа, их надо строго соблюдать. Наиболее сытная еда дается в обед, менее сытная — на ужин.



Прогулки. Как бы точно ни соблюдалось время сна и еды, режим нельзя признать правильным, если в нем не предусмотрено время для прогулки. Чем больше времени дети проводят на открытом воздухе, тем они здоровее.

Как сохранить зрение ребенка?

Правило 1. Старайтесь, чтобы малыш больше двигался, бегал, прыгал.

Правило 2. Включите в рацион полезные для глаз продукты: творог, кефир, отварную морскую рыбу, морепродукты, говядину, морковь, капусту, чернику, бруснику, клюкву, петрушку, укроп.

Правило 3. Следите за его осанкой - при «кривой» спине нарушается кровоснабжение головного мозга, которое и провоцирует проблемы со зрением. Запомните: расстояние между книгой и глазами должно быть не менее 25-30 см.

Правило 4. Не допускайте, чтобы ребенок подолгу сидел перед телевизором, а если уж сидит, то только строго напротив и не ближе трех метров.

Правило 5. Не читать лежа и как можно меньше при искусственном освещении.

Правило 6. Не забывайте, что смотреть телевизор в темной комнате нежелательно.

Правило 7. Дошкольник может играть на компьютере не более получаса в день, после 7 лет - 1 час в день или два подхода по 40 минут.

Правило 8. Про игры на сотовом телефоне лучше забыть.

Правило 9. Ежедневно делайте вместе Гимнастику глаз – превратите эту процедуру в увлекательную игру!



Нарушения сна у ребёнка



Сон — необходимый физиологический процесс как для взрослого, так и для ребенка. Именно в эти золотые часы покоя наш организм набирается сил, восстанавливает и накапливает энергию, потраченную в течение дня (дети расходуют энергию вдвое больше взрослого человека). Именно поэтому важно наблюдать за тем, насколько спокойно и тихо спит ваш ребенок. Всем нам знакомо выражение «спит как младенец». То есть сон младенца должен быть эталонным здорового и крепкого сна... Так ли это на самом деле? По статистике более 40% новорожденных спят беспокойно, а у более 15% детей дошкольного возраста имеются характерные всхлипывания и похныкивания во сне. Так ли это страшно и как с этим бороться?

Физиологический ночной плач — не что иное, как отголоски эмоционального перенасыщения ребенка. Если ваш малыш за день успевает помяться, поплакать, побегать, попрыгать, поругаться, то ночью маленький Фигаро будет спать очень беспокойно, похныкивая без видимой на то причины. Но как же быть, ведь гиперактивные и чрезмерно эмоциональные малыши не редкость в наше время? Задача родителей правильно организовать игровой процесс в течение дня.

- Постарайтесь помочь ребенку не слишком резко переключаться с одного дела на другое.
- Чередуйте подвижные игры с занятиями логическими, чтением и рисованием. Ребенок должен учиться усидчивости.
- Самый важный пункт — не играйте с малышом в подвижные игры перед сном. Это основная ошибка большинства современных родителей. Мозг вашего ребенка просто не успевает переключиться. В итоге подсознание продолжает выбрасывать эмоции.

Однако достаточно часто причиной нарушения сна у ребенка является далеко не банальное эмоциональное перенапряжение, а так называемая патологическая инсомния.

Инсомния — проблема засыпания у детей, бывает двух видов — первичная и вторичная.

Первичная инсомния развивается, как правило, при воздействии на психику ребенка факторов, вызывающих страх перед чем-либо. Ребенок может бояться темноты, одиночества, боли или определенного предмета — в итоге малыш будет до последнего бороться со сном. В данном случае надо устранить первоисточник страха, переключить внимание ребенка, попытаться объяснить ему, что бояться нечего, но ни в коем случае не высмеивать страх своего малыша. В противном случае вы рискуете развить в нем комплекс неполноценности. Если же вам не удастся помочь ребенку преодолеть страх, обратитесь за советом к детскому психологу.

Вторичная инсомния развивается при наличии заболеваний нервной системы и психосоматических нарушений. Как правило, такие патологии выявляются еще у новорожденного ребенка, и мероприятия комплексной терапии малыш получает с пеленок, но известны случаи, когда подобные заболевания являются следствиями травм или стрессов. В таком случае помощь грамотного специалиста необходима, самостоятельно родителям с проблемой не справиться! Таким образом, если у вашего ребенка нарушен ночной сон, нельзя игнорировать эту проблему. Необходимо правильно оценить причины нарушений у вашего малыша и своевременно оказать ему помощь.

Спите спокойно и наслаждайтесь сладким посапыванием вашего ребенка!



КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ ОСЕНЬЮ



Начался первый месяц осени и уже близки дожди, а там и первые морозы и сезонные простуды. Немного людей любят такую погоду. Мы постепенно перестраиваемся на холодную пору года, достаем со шкафов теплые куртки, шапки и варежки. Летом мы все привыкли к хорошей погоде и витаминам на столе. Сейчас же дни становятся короче, ночи длиннее, возможностей для активного отдыха все меньше. Чем не повод для скуки?

Несладко школьникам, у которых начался учебный процесс. Так же тяжело и дошкольникам. Многие родители старались летом отправить своего ребенка на природу, на дачи с бабушками и дедушками, семьей отправлялись в отпуск. Малыши много бегали и прыгали и с радостью загорали под ласковым летним солнышком. Но наступил сентябрь и все «отпуска» закончились. Каждое утро дошкольники вынуждены рано вставать и отправляться в детский сад, где их ждут четкий режим дня и регулярные занятия со специалистами.

Поэтому многие маленькие дети, дети постарше (да и взрослые) осенью начинают жаловаться на недосыпание, перегрузки, проблемы с успеваемостью и хроническую усталость.

Сейчас самое время позаботиться о здоровье детей. Каждый родитель может помочь своему ребенку легче справиться с нагрузкой и хорошо себя чувствовать.

Для того, чтобы лучше адаптироваться к осеннему периоду, детям нужна более насыщенная и питательная еда. Сложно же сопротивляться вирусным атакам и низкой температуре ослабленному организму.



И еще: во-первых их организм только формируется, потому им нужно больше калорий, чем взрослым; во-вторых они получают большую физическую и умственную нагрузку в школе, потому им просто необходимо больше энергии. Поэтому можно порекомендовать ввести в рацион зерновые — они перевариваются постепенно, снабжая организм углеводами и немалым количеством энергии на протяжении всего дня.

Кроме того, полезны будут сухофрукты, которые вы заготовили за лето. Они богаты клетчаткой и витаминами. Согласно исследованиям, они стимулируют мозговую деятельность и повышают иммунитет. Еще полезны грецкие орехи. Они отлично укрепляют нервную систему и питают клетки головного мозга. Неплохими помощниками станут также фисташки (регулируют уровень сахара и холестерина в крови), кешью (улучшает обмен веществ), арахис (заболевания верхних дыхательных путей).

Кроме всего прочего, осенью детям просто необходимы жиры, которые поддерживают температуру тела. Будут также полезны для костей (так как в них много кальция), такие молочные продукты, как сыр, молоко, сметана, масло.

Детям необходимо регулярно есть продукты, которые так богаты белками: птицу, рыбу, мясо. Без них невозможен рост и развитие организма, правильный синтез гормонов. Ни в коем разе не стоит отказываться и от физической активности. Правильные нагрузки только улучшат здоровье вашего ребенка и помогут ему в учебе. По возможности гуляйте со своим



ребенком после детского сада и обязательно – в выходные.

Безусловно, все родители знают, как опасно переохлаждение для ребенка. Однако в тоже время, стоит помнить о том, что одеваться нужно по погоде, а не кутать ребенка во всю имеющуюся одежду. Не стоит отказываться от шапки — от переохлаждения будет болеть голова и, как следствие возникнет простуда.

И самое главное, что вы можете сделать для своего ребенка — уделяйте ему побольше внимания, разговаривайте с ним, проводите с ним свое время. Ведь здоровье детей осенью весьма шаткое не только с физической, но и с психической точки зрения.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!



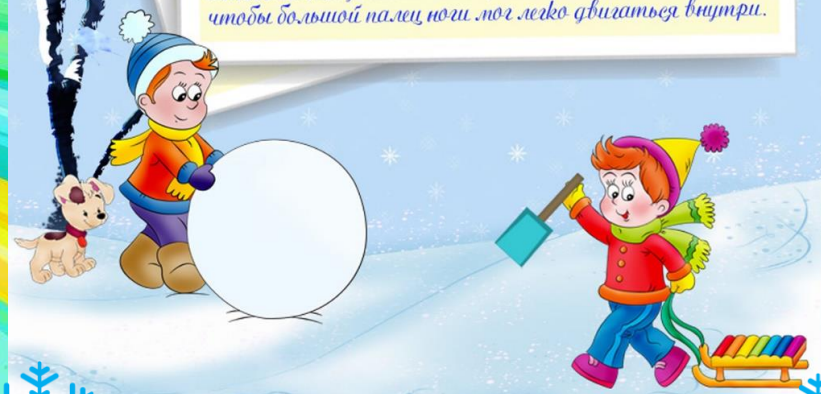


Консультация для родителей «Шесть родительских заблуждений о морозной погоде»



1. Многие считают, что ребёнка надо одевать теплее.
Дети, которых укутано очень тепло одевают детей, особенно опасно слишком ходить, и поэтому «эта одежда» уже уменьшает ходит. Движения сами по себе согревают организм, и поэтому «эта одежда» излучает. В организме нарушается теплообмен, и в результате он перегревается. Тогда достаточно даже легкого сквозняка, чтобы простудиться.

2. Многие считают: чтобы удерживать тепло, одежда должна плотно прилегать к телу.
Парадоксально, но самое надёжное средство от холода - воздух. Оказывается, чтобы лучше защищаться от низкой температуры, надо создавать вокруг тела воздушную прослойку. Для этого подойдёт тёплая, но достаточно просторная одежда. Что надеть под куртку или пальто? Сначала майку или футболку из хлопка, который хорошо впитывает пот, потом шерстяной свитер, свободный, но плотно прилегающий на шее и запястьях. На ноги - шерстяные носки и теплые ботинки на меху или сапожки, но не меховые, а такие, чтобы большой палец ноги мог легко двигаться внутри.



3. Многие считают, что проветривший ребёнок не должен гулять. Если температура у малыша не повышена, прогулки нужны обязательно! Держать ребёнка на улице в квартире - не лучший выход, наверно вы заметили, что на свежем воздухе даже насморк как будто будто отступает, но прощайте, начинается дышать. Живого если будет морозец. Следите, чтобы ребёнок не дышал ртом, чтобы его не продуло ветром, и он не вымоет. Не пользуйтесь ему много двигаться: ни к чему пока деления или катание с горки. Турция «за ручки» - чинно и благо-родно, как говорили в старину.

4. Многие считают, что зимой вполне достаточно погулять часок.

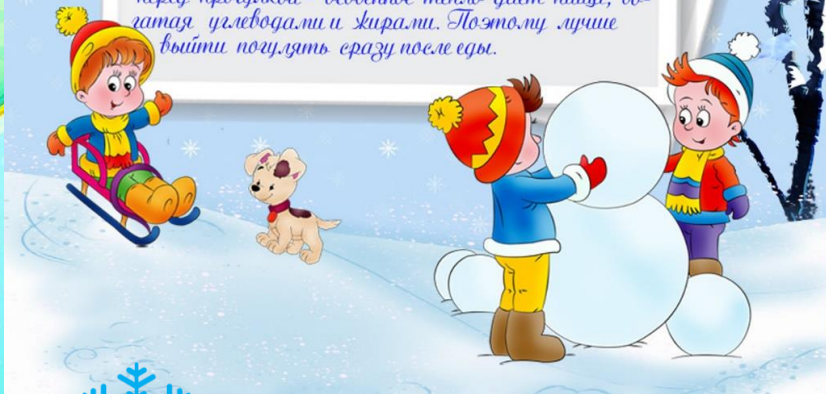
На этот счёт нет строгих правил. Всё зависит от закалённости ребёнка и уличной температуры. Максимально допустимая температура для прогулок с ребёнком -18 градусов; а опасные «путешествия» зимнего воздуха - высокая влажность и ветер. Дети лучше переносят холод, если их покормить перед прогулкой - обильное тепло даёт пищу, богатая углеводами и жирами. Поэтому лучше выйти погулять сразу после еды.

5. Многие считают, если малышу холодно, он обязательно даст об этом знать:

Ребёнок до 2-3 лет ещё не может сказать «Мне холодно», не умеет стучать зубами и дрожать. Жировая прослойка под кожей у него ещё мала, и даже на терморегуляцию естественная реакция сильно замедленного малыша этап бедности и непреодолимое желание спать. Имейте в виду: помет, когда тело ребёнка расслабляется, сигнал опасности! Не радует и «умилительная» зияющая картина - спящий ребёнок в санках ребёнок. Ведь он не движется - он отдал в нежные руки мороза.

6. Многие считают: раз ребёнок замёрз, нужно как можно быстрее согреть его.

Это верно и неверно. Согреть нужно, но не в «пожарном порядке». Например, если положить пальчики ребёнка на батарею центрального отопления или подставить под струю горячей воды - беды не минуют. Резкий контраст температур может вызвать сильную боль в перевозаженном участке тела. Чтобы согреть малыша, прежде всего переоденьте его. Чтобы согреть пальцы, положите в кровать и укутайте одеялом. Обычной комнатной температуры вполне достаточно.



Очумелые ручки



Работы детей



Пластилинография
«Осенняя ветка»



Рисование
«Хохломская ложка»



Рисование
«Лисичка»

15 октября мы
поздравили наших
пап, вместе с детьми
сделали открытки в
виде сердечек



«Фруктовый урожай»

апликация



Артём



Тася



Костя



Как хорош он, летний сад,
Фруктами всегда богат.
Вишен стройных целый ряд –
Рубином ягоды горят.
Рядом здесь растёт и слива,
Плодами сочными красива.
Груш и яблок аромат,
Съесть одно бы каждый рад.

«Подарок папе»



15 октября мы поздравим
наших пап, вместе с детьми
сделали открытки в виде
сердечек

«Осенний венок»



Поглядите: за окном
Листья сыплются дождём.
На прогулку мы пойдём,
Их в букеты соберём.
Жёлтые и красные —
Все такие разные!



апликация

«Лебединая песня»



Есть птица красивая
очень на свете,
Название – лебедь имеет она,
Не встретить прекрасней её
на планете,
Она из чудесного будто бы сна



«Вечерний город»



Зимний мой город
ты, словно в сказке –
волшебство!
Вечер свои добавит лишь
краски – божество!
Золото звёзд, сиянье луны,
ультрамарин...
Город мой тихий, город
домашний, ты любим.



Калейдоскоп событий



«Спартакиада»

А у нас в саду проходит
Спартакиада – спортивные
мероприятия для детей и
их родителей. Всем есть
дело по вкусу – бег, прыжки
через скакалку, дартс и
гиря!



Итоги спартакиады



Ура!!!
Мы – победители в
родительском
многоборье! В
смешанном
передвижении дети
заняли 3 место!

«Неделя безопасности»



В рамках
Недели безопасности,
мы с ребятами выполнили
коллектаж и показали, какую
работу по безопасности на
дорогах провели в группе



«Осенний утренник»



В конце октября у нас состоялся осенний праздник «Фруктово-овощной карнавал». Дети были одеты в яркие костюмы. Веселые овощи и фрукты пели песни, читали стихи и играли на музыкальных инструментах. В гости к нам приходила Осень, в конце праздника подарила детям подарки.



«Мастер-класс»



В октябре мы
проводим мастер-
класс в Колпинской
библиотеке. Вместе с
детьми мы делаем
аппликацию
«Веселый жук»



«Реклама продуктов питания»

Конфеты «СладкоТема»
Наслаждайся сладким детством!



ЯМИГУРТ

Яркий завтрак для всей семьи с сочными кусочками персика.

В этом напиток любовь и забота, наслаждение и огромное желание поделиться вкусом с близкими. Выпей и порадуй маму!



ЕШЬ ПИРОГ С МАЛИНОЙ
И НЕ БОЛЕЙ АНГИНОЙ!
БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



Наша группа приняла участие в конкурсе «Реклама продуктов питания».

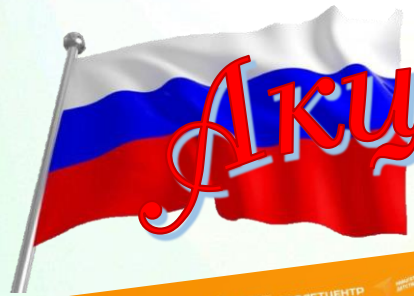
«День народного единства»

Кремлёвские звёзды
Над нами горят,
Повсюду доходит их свет!
Хорошая Родина есть у ребят,
И лучше той Родины Нет!



В День народного единства в нашей группе проводились различные тематические мероприятия: мы читали стихи, рисовали, лепили, выполняли открытки. С праздником, страна!!!

РОССИЯ-ЭТО Я



Акция «#ДеньединстваНФ»



Наша группа приняла участие в акции ко Дню народного единства. Мы сделали открытки, сфотографировались и разместили фотографии в специальных рамках в интернете под хэштегом #ДеньединстваНФ



«Подарок для мамы»



Особенно аккуратно дети
делают подарок для мам.
У нас получились очень красивые
картины. Дети постарались,
чтобы мамам понравились их
подарки



«Происшествие в волшебном лесу»



В рамках проекта «Дерева — наши друзья», мы провели мероприятие с родителями: «Происшествие в волшебном лесу». Дети выполняли различные задания, чтобы собрать гербарий, листья которого развеял ветер по лесу.



«В поисках подарка для мамы»



В конце ноября мы провели праздник для наших мам. Искать пропавшие подарки, выполняя задания вороны, которая украдала наши подарки. Выполнив ее условия, мы получили наши подарки и подарить их мамам.



Встреча с инспектором



В детском саду состоялась встреча с инспектором по дорожному движению. Инспектор познакомил детей с особенностями скатывания с горок, расположенных около проезжей части. Напомнил правила дорожного движения при переходе проезжей части.



Акция «Подари ребёнку праздник»



Наша группа приняла участие в акции «Подари ребёнку праздник». Мы приготовили для детей, которые на Новый год будут находиться в больнице, новогодние подарки!



Ха-ха-тууки



Арте́м и Та́ся ката́ются
на качеля́х.

Арте́м: «У тебя́ го́лова не
кру́жится?»

Та́ся: «Нет»

Арте́м: «А у меня́ раньше
кру́жилась, а тепе́рь
раскру́жилась!»

Та́ся:
«За мной бежа́л гу́сь и я от него
убе́гла»

Кос́тя: «А у меня́ деду́шка
ста́ренький!
Знаете, ско́лько ему́ лет?
Пя́тнадцать!»

И́лья:
«Сейча́с я сги́бну́ листок»

Журнал подготовили:



Педагоги группы №3

В журнале использованы
фотографии из архива группы



*Спасибо
за
внимание!*

