



«КАРАПУЗЫ»

Ежемесячная газета для родителей

Младшая группа

Октябрь 2024 год

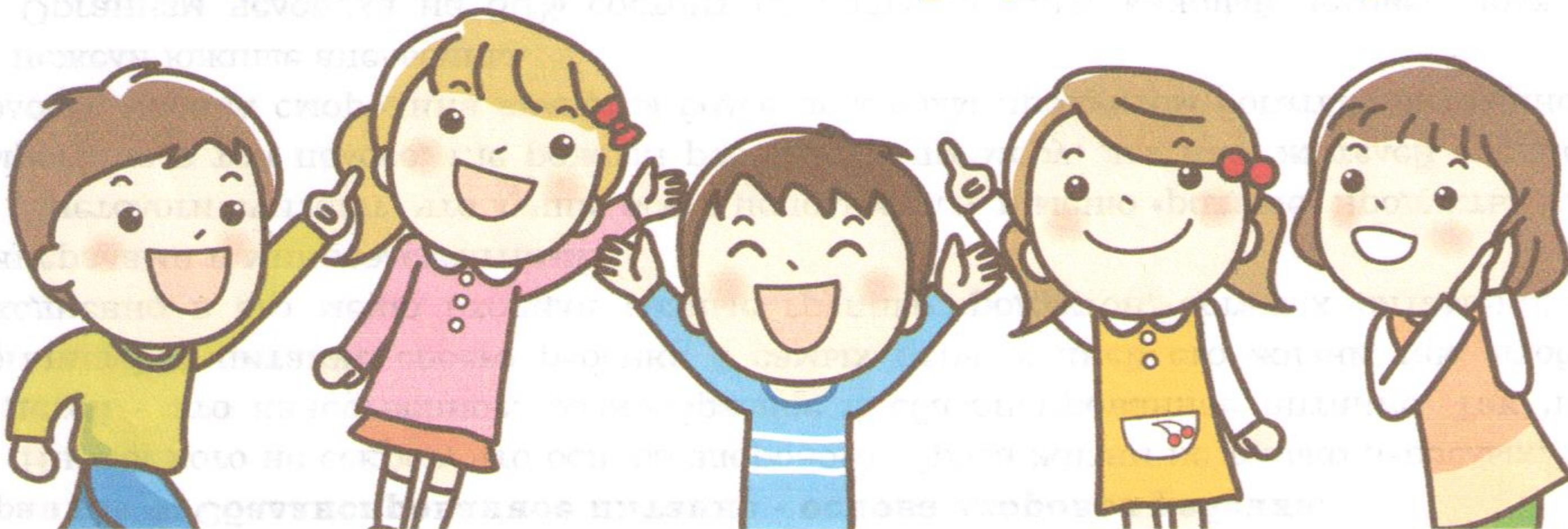
**Тема номера: «Особенности развития
речи ребёнка 2-3 лет».**

В номере читайте:

- **Что нужно знать каждой маме!**
 - ✓ «Особенности развития речи ребёнка 2-3 лет».
- **Игры и задания для запуска речи у неговорящих детей**
 - ✓ Как у детей возникает потребность говорить?
- **Праздник «Осенняя ярмарка».**
- **Литературная страница.**
- **Играем вместе.**
- **Внимание конкурс!**
- **Советы специалистов.**
 - ✓ Здоровье в детском саду.
- **Семейная страница.**

Уважаемые родители!

Вы держите в руках второй номер газеты «Карпузы», который посвящен проблеме развития речи ребёнка 2-3 лет. В этом номере вы найдете ответы на многие интересующие вас вопросы.



ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ КАЖДОЙ МАМЕ!

«ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕЧИ РЕБЁНКА 2-3 ЛЕТ».

Поскольку именно в возрасте от двух до трех лет происходит значительный скачок в развитии речи, то целесообразно уделить этому особое внимание. Чтобы ребенок мог свободно выражать свои мысли и желания, у него должен быть богатый словарный запас. Поэтому приучите себя проговаривать все действия, которые вы совершаете с ребенком.

Необходимо научить малыша правильному дыханию и развивать артикуляционный аппарат для того, чтобы ребенок мог легко говорить длинными сложными предложениями. Артикуляцию очень хорошо развивают скороговорки.

Учите малыша считалкам. Повторение этих забавных стишков способствует развитию речи малыша.

Кроме упражнений для дыхания и скороговорок нужно, проговаривая с ребенком все действия, следить за правильным произношением и ударением в словах.

О том, что речь малышей 2-3 лет развивается полноценно, свидетельствуют следующие показатели:

- В 2 года дети выполняют простые словесные поручения, начинают понимать короткие рассказы о событиях, не имеющих места в их личном опыте;
- В 2,6м. хорошо развита способность к подражанию, выражающаяся в умении повторять вслед за взрослым движения, действия, слова и фразы. Ребенок не только овладевает, но и существенно пополняет свой словарный запас – словарь детей этого возраста насчитывает, как минимум, 50 слов. В это время у ребенка на первое место выступают разнообразная самостоятельная деятельность, направленная родителями, и тесно связанная с этим восприимчивость ребенка к речевым импульсам. Ребенок начинает задавать вопросы: «Что это?», «А это что?»;
- В 3 года - дети начинают активно стремиться к речевому общению со взрослыми, выражая с помощью уже имеющегося у них и интенсивно пополняющегося словарного запаса свои впечатления, мысли, желания; дети с готовностью откликаются на предложение взрослого почитать им, послушать рассказ или сказку, вместе рассмотреть картинки в книге. От простых двухсловных фраз ребенок переходит к употреблению сложных фраз с использованием союзов, падежных форм, существительных, единственного и множественного числа. Малыш хочет многое узнать, ему все интересно, он чаще обращается к взрослому с вопросами, что способствует совершенствованию диалогической речи. Успешно развиваются все психические процессы - мышление, память, внимание, воображение. Ребенок уже может сравнивать предметы и явления и делать простейшие умозаключения наглядно-действенного характера (что видит, с чем действует). "Меня понимают все" - так образно можно назвать этот период. Ребенок начинает много говорить, легко запоминает стихи, сказки, может объяснить, что ему нужно, рассказать о том, что видел и слышал. Речь становится более выразительной. Словарный запас составляет уже 250-700 слов.

Воспитание звуковой культуры речи. У большинства детей 2-3 лет речь недостаточно отчетлива или с неправильным произнесением многих звуков, заменой сложных для произношения звуков более простыми. Та многие дети заменяют твёрдые свистящие звуки (з, с) мягкими (зь, сь), шипящие (ж, ш, ч, щ) - свистящими.

Темпы овладения речью у детей разные. Одни малыши начинают говорить рано, другие, хорошо понимая речь окружающих, молчат. Если к концу третьего года жизни ребёнок не начал говорить, необходима консультация специалиста.

ИГРЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ ЗАПУСКА РЕЧИ У НЕГОВОРЯЩИХ ДЕТЕЙ

Когда ребенок в возрасте 2,5 – 3 лет так и не начал говорить, без помощи логопеда не обойтись, но кое-что вы можете сделать и самостоятельно. Одно из главных условий развития речи – непрерывность, поэтому важно не только регулярно заниматься со специалистом, и дома каждый день находить время для заданий для запуска речи. Из этой статьи вы узнаете о самых интересных и эффективных упражнениях, которые понравятся и взрослым, и детям.

КАК У ДЕТЕЙ ВОЗНИКАЕТ ПОТРЕБНОСТЬ ГОВОРИТЬ?

Логопеды часто советуют родителям чаще разговаривать с ребенком, но не все папы и мамы делают все правильно. Любой язык – это знаковая система, и слово, по сути, замещает конкретный предмет, то есть имеет определенное значение. Если общение малыша в возрасте до 1,5 лет и его родителей сводится только к проявлениям заботы и любви или ребенок предпочитает играть в одиночестве, то речь появится нескоро, даже если в словаре накоплено довольно много слов.

ДЛЯ ПОЯВЛЕНИЯ РЕЧИ, НЕОБХОДИМО, ЧТОБЫ:

- ✓ ребенок нуждался в общении с взрослым: назвать предмет, выразить чувства, попросить о чем-либо;
- ✓ общение было содержательным: об игрушках, действиях, впечатлениях;
- ✓ взрослые разговаривали с малышом не просто так, а именно о совместных действиях, игре;
- ✓ ребенку нужен был предмет, который необходимо назвать, чтобы получить.

Когда малыш попадает в ситуацию предметного сотрудничества, перед ним возникает речевая задача, и чтобы ее решить, ему приходится менять все свое поведение.

Единственной возможностью получить желаемый предмет становится только словесная просьба, называние предмета определенным словом. Единственным помощником здесь является только взрослый

! Логопеды выделяют три этапа овладения словом неговорящими детьми.

1. Появление потребности в предмете

Это могут быть картинки, игрушки, кубики, книжки, одежда, лакомства и т.д. Ребенок желает получить его, тянет ручки, пытается привлечь внимание мамы мимикой и жестами. Иногда безуспешные попытки приводят к плачу, гневу, но постепенно ребенок понимает, что можно попросить о помощи взрослого.

2. Взрослый помощник

Для того чтобы обратиться к взрослому, малыши часто используют лепетные слова типа «дай-дай-дай» и указательные жесты. Задача взрослого – не поддаваться на «провокации» и спокойно дожидаться момента, когда ребенок решит произнести название предмета.

3. Появляется слово

Когда ребенок смотрит на взрослого, он невольно обращает внимание на движения его губ. При разговоре обязательно выговаривайте каждый звук как можно четче, чтобы малыш понимал, как он произносится.

Приступая к домашним занятиям, не забывайте, что ребенку требуется некоторое время, чтобы сориентироваться в новой для себя ситуации. Следуйте вышеописанному порядку: потребность в предмете, потребность в помощи взрослого, слово – и все получится.

НАЧИНАЕМ ГОВОРИТЬ, ИГРАЯ

Игра – ведущая деятельность у детей, запуск речи возможен только через совместные игры и занятия с взрослым. Начинайте с самых простых упражнений, чтобы ребенок мог легко их освоить и постоянно находился в ситуации успеха.

✚ ЗВУКИ И РУКИ

Двигайте руками и ногами и произносите на каждый жест определенный звук. Например, разводим руки в стороны и поём: «Аааа», приставляем ладошки к уголкам рта на «Уууу», ставим ноги на ширину плеч на «Иииии», сцепляем пальцы в замок и поднимаем руки над головой на «Оооо» и т. д.

✚ ИГРАЕМ В МЯЧИК

Сядьте с ребенком на пол, широко расставьте ноги, кидайте мячик малышу со словами «Давай поиграем! Лови мячик, лови», выделяя интонацией глагол «лови». Таким образом, вы будете побуждать ребенка произнести это слово, когда он будет кидать вам мячик в ответ. То же самое сделайте, когда будете катать мячик: «Кати мячик, кати!». Игра должна быть эмоциональной, поэтому не скупитесь на ободрение и похвалу.

✚ «БУДИЛЬНИК»

Это упражнение обычно нравится детям. Перед выполнением желательно убедиться, что ребенок примерно представляет себе, что такое часы. Скажите, что сейчас вы превратите малыша в будильник, и «заведите» его: сделайте несколько круговых движений пальцем по детской ладошке, животу, головке или спинке, приговаривая: «тик-так», «тик-так». Теперь он должен зазвонить: ритмично потряхивайте ладошку, сопровождая движения звуком «ззззз». Потом предложите малышу, чтобы будильником были вы, а он должен завести вас. Поначалу помогайте ребенку произносить нужные слова и звуки, чем чаще повторять игру, тем быстрее он запомнит эти звукоподражания.

✚ «ПОЕЗД»

Встаньте с ребенком друг за другом, объясните малышу, что теперь вы – вагоны поезда и совершите много интересных путешествий. Вагоном в вашем составе может стать каждый член семьи. Во время движения издавайте звуки типа «ту-туу-ту, чух-чух-чух, туууу!», побуждая ребенка произносить их вместе с вами. Во время поездок по квартире, комментируйте все, что видите: «вот стиральная машина, а вот кухня, сейчас поедem за игрушками в детскую» и т. д.

✚ «КАП-КАП-КАП»

Для этого задания вам потребуется набор небольших цветных губок для мытья посуды. Поставьте на стол две миски: одну пустую, а другую с водой, рядом разложите губки, чтобы ребенок мог выбрать любую. Возьмите одну, намочите и

выжмите в пустую миску, приговаривая: «кап-кап-кап». Предложите ребенку сделать то же самое с другими губками.

✚ «ПУЗЫРИ»

Эта игра помогает ребенку научиться управлять своими речевыми органами. Вы пускаете мыльные пузыри, а ребенок должен их хлопать, одновременно произнося парные звуки: «б» — «п», «в» — «ф», «т» — «д» и другие. Помогайте ребенку, произнося звуки вместе с ним.

✚ «ГОВОРЯЩИЙ МЯЧИК»

Возьмите небольшой мячик, который помещается в ладошку, его можно связать крючком и наполнить рисом или крупой, тогда он будет еще мягко массировать детские ручки. Перекладывайте мячик из руки в руку и произносите сначала звуки (лучше начинать с гласных и звонких согласных), а потом, по мере освоения ребенком упражнения, и слоги: КИ-СА, МА-МА, БА-БА, ДЕ-ДА и т. д.

✚ «ЧУДЕСНЫЙ ШКАФЧИК»

Вам потребуется небольшой шкафчик или комодик с большим числом отделений. Его можно сделать из обувных коробок, склеив их между собой. При малыше спрячьте в один из ящичков игрушку или хорошо знакомый ему предмет. Ребенок должен найти его, достать и назвать.

✚ «БУЛЬ-БУЛЬ»

Приготовьте большую миску с водой, цветные мелкие камешки, бусины, пуговицы, ракушки и пр. Бросайте вместе с малышом предметы в воду, повторяя на каждый бросок: «буль», «бултых».

✚ «ШАРИК»

Для игры нужен маленький легкий мячик или обычный воздушный шарик (без гелия, иначе он сразу улетит). Его нужно подбрасывать вверх, приговаривая: «Ух! Ух! Ух!».

✚ «ЦАП-ЦАП»

Посадите ребенка за стол так, чтобы его локти опирались на стол. На расстоянии, примерно соответствующем длине предплечья, положите мелкие предметы вроде бусин или пуговиц. Рядом поставьте коробочку. Теперь ребенок, не отрывая локтя, должен взять предмет пальцами со словом «Цап-цап» и перенести его в коробку со звуком «Бах!». Кстати, можно устроить соревнование, когда малыш хорошо освоит игру.

ЕЩЕ ОДИН СОВЕТ: старайтесь как можно чаще создавать ситуации, когда ребенку может потребоваться тот или иной предмет, игрушка, добивайтесь того, чтобы он делал хотя бы попытки назвать его словом.



ПРОДОЛЖАЕМ ИГРАТЬ С ДЕТЬМИ

• КТО ДОЛЬШЕ

- ♦ В этой игре очень простые правила. Например, кто дольше протянет звук «а», «у» или любой другой гласный.
- ♦ Тянуть можно и некоторые согласные звуки. Все дети любят играть в эту игру вместе с родителями. Осталось только набрать воздуха.

• ПОВТОРЯЙ ЗА МНОЙ

Формирует навыки правильного произношения, артикуляционный аппарат

- ♦ Читайте ребенку короткие рифмовки и просите повторять за вами последний слог:

Прибежала детвора — ра-ра-ра, ра-ра-ра.

Ногу выше, шаг смелей — лей-лей-лей, лей-лей-лей.

Мы увидим листопад — пад-пад-пад, пад-пад-пад.

Милый зайчик не скучай — чай-чай-чай, чай-чай-чай.

• ГОЛОСА ЖИВОТНЫХ

Игра способствует развитию речи, артикуляционного аппарата, знакомит с животным миром

Необходимый инвентарь: карточки с изображениями животных или игрушки-животные.

- ♦ Покажите ребенку карточки с животными, рассмотрите их внимательно.

- ♦ Расскажите малышу, где обитает то или иное существо, чем оно питается.

Одновременно знакомьте ребенка с голосами и звуками животных. Очень полезно ходить в зоопарк или слушать голоса в записи. После этого можно проводить обобщающее занятие.

- ♦ Показывайте ребенку карточки и попросите назвать изображенных животных и вспомнить, кто какие звуки издает.

- ♦ воробей — чирикает (чирик-чирик)

- ♦ ворона — каркает (кар-кар)

- ♦ гусь — гогочет (га-га-га)

- ♦ индюк — кулдыкает (кулды-кулды)

- ♦ кабаны, свиньи — хрюкают (хрю-хрю)

- ♦ коза — блеет (ме-е-е)

- ♦ корова — мычит (му-у-у)

- ♦ кошка — мяукает (мяу-мяу)

- ♦ лошадь — ржет (и-го-го)

- ♦ лягушка — квакает (ква-ква)

- ♦ мышка — пищит (пи-пи-пи)

- ♦ осел — ревет (иа-иа)

- ♦ петух — поет, кукарекает (кукареку)

- ♦ пчела — жужжит (ж-ж-ж)

- ♦ слон — трубит (ту-у-у)

- ♦ собака — лает (гав-гав)

- ♦ тигр, лев — рычит (р-р-р)

- ♦ утка — крякает (кря-кря)

- ♦ филин — ухает (уху-уху)

- ♦ Не спрашивайте ребенка сразу обо всех животных.

• УГАДАЙ ЖИВОТНОЕ

Игра способствует развитию речи, артикуляционного аппарата, знакомит с животным миром

Необходимый инвентарь: карточки с изображениями животных.

♦ Это игра для дружной компании. Карточки переверните и, перемешав, сложите в кучку.

♦ Каждый участник по очереди достает карточку и озвучивает животное, которое там изображено, а остальные должны угадать, что это за животное.

• КУКЛА СПИТ

Игра способствует развитию речи, слуха.

Необходимый инвентарь: кукла или мягкая игрушка.

♦ Уложите куклу спать. Пускай ваш малыш покачает ее на руках, споет колыбельную, уложит в кроватку и укроет одеялом.

♦ Объясните ребенку, что пока кукла спит, вы будете говорить шепотом, чтобы не разбудить ее.

♦ Поговорите о чем-нибудь с крохой, задавайте вопросы, попросите что-нибудь рассказать (все это нужно делать шепотом).

♦ Ребенку может быстро надоест, так что не затягивайте игру. Объявите, что кукле пора вставать и теперь вы можете разговаривать громко.

• ЗАКОНЧИ СЛОВО

Игра способствует развитию речи, памяти, внимания

♦ Попросите малыша закончить слово, которое вы произносите. Например: доро-га, мага-зин, коло-бок.

♦ Если ребенку трудно сориентироваться, показывайте на предмет, который называете.

• ПОВТОРИ ЗА МНОЙ

♦ Предложите ребенку повторять за вами рифмованные строчки:

Птичка прилетела, песенку мне спела.

Девочка проснулась, сладко потянулась.

Солнышко садится, Маша спать ложится.

Яблоко или тарелка?

Игра способствует развитию речи, внимания

♦ Задавайте малышу вопросы, предупредите его, что вы можете ошибаться.

♦ Яблоко и груши — это овощи? (Нет, это фрукты.)

♦ Ложка и тарелка — это посуда?

♦ Шорты и майка — это мебель?

♦ Ромашка и одуванчик — это деревья?

♦ Усложняйте задания, называя предметы из разных тематических групп:

♦ Помидор и апельсин — это овощи?

• У МЕНЯ ЗАЗВОНИЛ ТЕЛЕФОН

Игра способствует развитию речи, пополнению словарного запаса

♦ Поиграйте с малышом в «Разговор по телефону». В качестве телефона можно использовать любые предметы: кубики, палочки, детали от конструктора.

♦ По очереди изображайте звонок телефона.

♦ Поговорите с ребенком от своего имени, задавая простые вопросы.

♦ Меняйтесь ролями.

♦ Разговаривайте от имени игрушек, животных.

• ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ

♦ Поговорите с ребенком о том, что можно делать в лесу (гулять, отдыхать, слушать птиц...), на реке (купаться, нырять...).

♦ Пусть он придумает, что можно делать с цветами (нюхать, поливать...); что делает дворник (убирает, подметает...).

♦ Каждый раз задавайте вопросы так, чтобы при ответе ребенок использовал разные времена, числа, лица.

• ЗАГАДАЛКИ

Игра способствует развитию речи, воображения

♦ Выберите ведущего. Он загадывает предмет и, не называя самого объекта, описывает его свойства, рассказывает, как он используется.

♦ Остальные игроки должны отгадать задуманный предмет.

♦ Например: высокий, стеклянный, из него можно пить сок или воду (стакан).

♦ Потом меняйтесь ролями.

• БОЛЬШЕ СЛОВ

Игра способствует развитию речи, учит образовывать длинные слова

♦ Попробуйте с ребенком одним словом назвать какой-нибудь признак или свойство предмета. Например, у зайчика длинные уши, значит, он — длинноухий, у папы глаза серые, значит, он — сероглазый.

• КТО ЕСТЬ КТО?

Игра способствует развитию речи, знакомит с основами формообразования имен существительных

♦ Рассуждайте с ребенком о том, как называются животные-папы, животные-мамы и их детки. Например, если папа — слон, то мама — слониха, а их ребенок — слоненок и т. д.

СКОРОГОВОРКИ

♦ Скороговорки соответствуют знаниям ребенка, смысл слов в которых он в состоянии понять.

♦ Проговаривайте скороговорку сначала сами, а потом вместе с ребенком. Обязательно обыгрывайте ее интонацией.

♦ Главное — не заставлять ребенка выговаривать, а сделать так, чтобы ему было интересно и хотелось произнести те же самые слова, что и вы. Для этого начните фразу скороговорки, а ребенок пускай закончит ее.

♦ Постепенно, произношения.

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.

Цель: развитие речевого дыхания, силы голоса, тренировка мышц губ.

1. «ПОДУЕМ НА СНЕЖИНКУ».

Вырезать из салфетки тонкую и легкую снежинку. Положить на ладонь ребенку. Ребенок дует, чтобы снежинка слетела с ладони.

2 «БАБОЧКА ЛЕТАЕТ».

Сделать совместно с ребенком бабочку из тонкой бумаги (обертка от конфет, салфетка и т.д.). Привязать нитку. Ребенок держит за ниточку и дует на бабочку.

3. «ПЛЫВЕТ, ПЛЫВЕТ КОРАБЛИК».

Налить в тазик или ванну воду положить кораблик и предложить ребенку подуть на

кораблик.

ИГРЫ ПО РАЗВИТИЮ ОБЩЕЙ МОТОРИКИ.

Двигательные упражнения, игры в сочетании со стихотворным текстом являются мощным средством воспитания правильной речи. Чем выше двигательная активность, тем выше развивается его речь.

Мы идем по кругу, посмотри,

И шагаем дружно: раз, два, три.

Мы скачем по дорожке, меняя часто ножки.

Поскакали, поскакали: скок, скок, скок,

А потом, как аисты встали – и молчок.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С РЕЧЕВЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ.

Дети раннего возраста очень любят играть в короткие подвижные игры с забавными стихами, которые очень активно стимулируют развитие их речи. Чем веселее и интересней речевое сопровождение, тем больше игра нравится детям и тем больший эффект в развитии речи. Например, подвижные игры «Гуси-гуси», «У медведя во бору», «Лохматый пес», «Кот Васька».

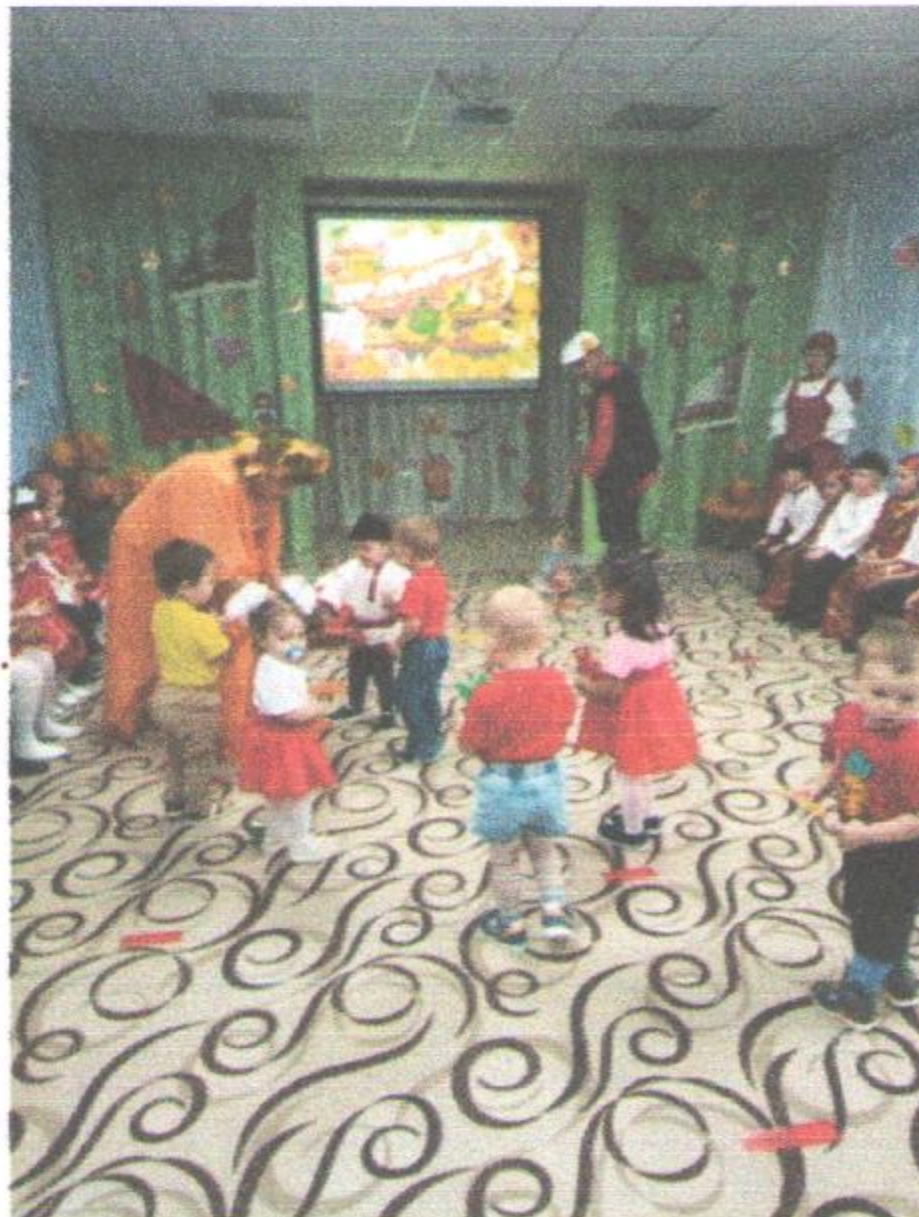
Помните, что с первого раза ребенок вряд ли поймет, как правильно выполнять упражнение, поэтому запаситесь терпением и объясняйте, показывайте снова и снова. **ЗАНИМАЯСЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ПО 10-15 МИНУТ**, вы обязательно добьетесь успеха, и малыш порадует вас первыми словами!

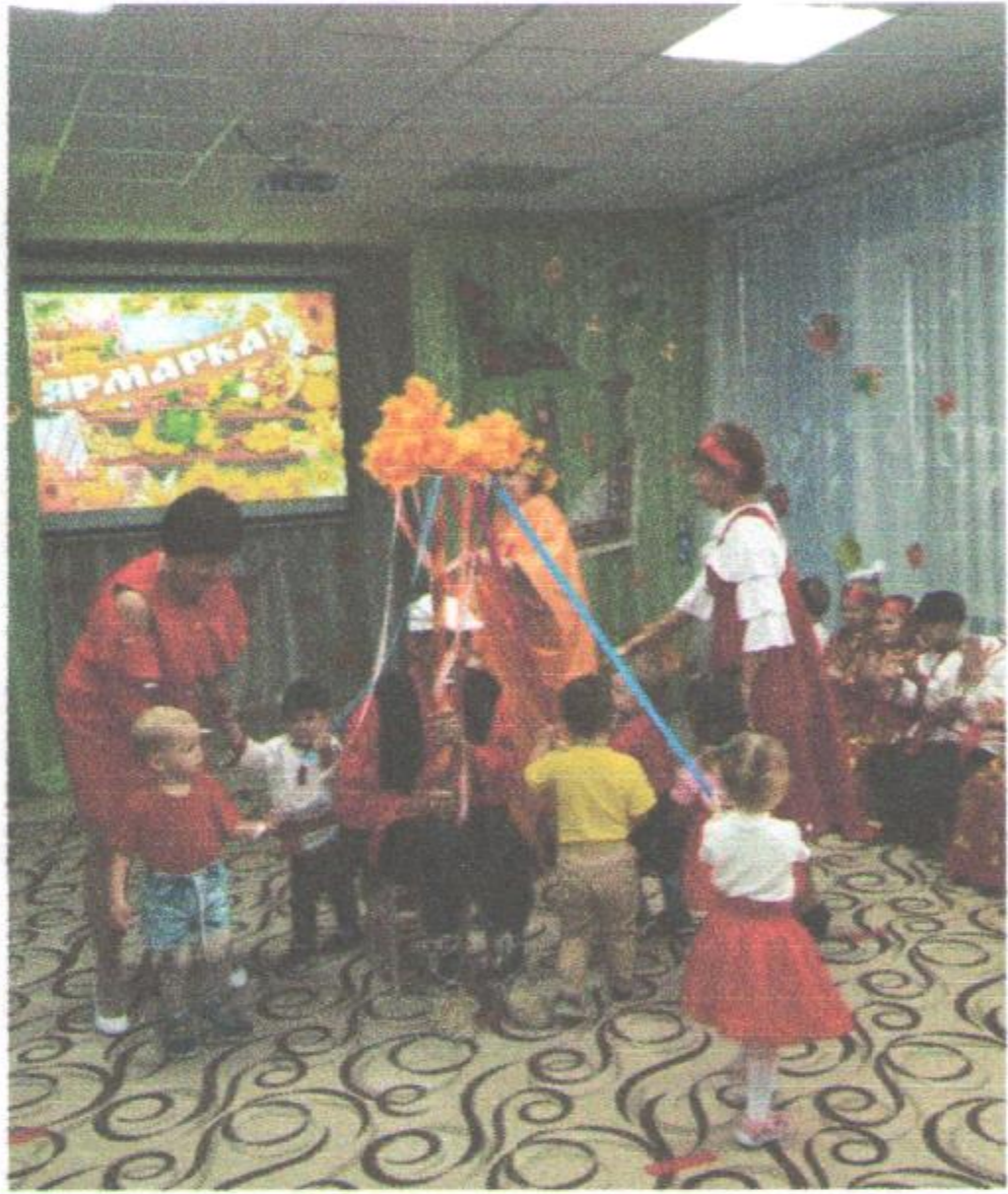
Постарайтесь сделать ваши занятия интересными и веселыми!



КОРОТКИЕ НОВОСТИ

ПРАЗНИК «ОСЕННЯЯ ЯРМАРКА»





ПОЗДРАВЛЕНИЕ!!!

18.10.2022 году воспитаннице нашей группы **Исингуловой Марьям** исполнилось **2 года**. Дети и воспитатели группы поздравляют Марьям с Днём рождения!



БЛАГОДАРНОСТЬ!

Дети и воспитатели младшей группы объявляют благодарность родителям за организацию и помощь в изготовлении пособий из бросового материала для нашего спортивного центра.

**БЕЛИКОВУ НИКИТЕ АНДРЕЕВИЧУ
ЛИТВИНОВОЙ ЛЮДМИЛЕ РУДОЛЬФОВНЕ
АДРЕЯНОВОЙ ЛЮДМИЛЕ АЛЕКСАНДРОВНЕ**





«Родная тропинка»

www.rodnaya-tropinka.ru

Знакомим с окружающим миром на прогулке во дворе

Идем по ковру из осенних листьев, и читаем наизусть:

Утром мы во двор идём,
Листья сыплются дождём,
Под ногами шелестят,
И летят, летят, летят. (Е.Трутнева)
Наслаждаемся звуком шелестящей листвы под ногами.

Кому нужен дождик:

Дождик, дождик-кап, кап, кап.
Мокрые дорожки,
Нам нельзя идти гулять –
Мы замочим ножки.
Всё равно пойдём гулять –
Надевай сапожки.



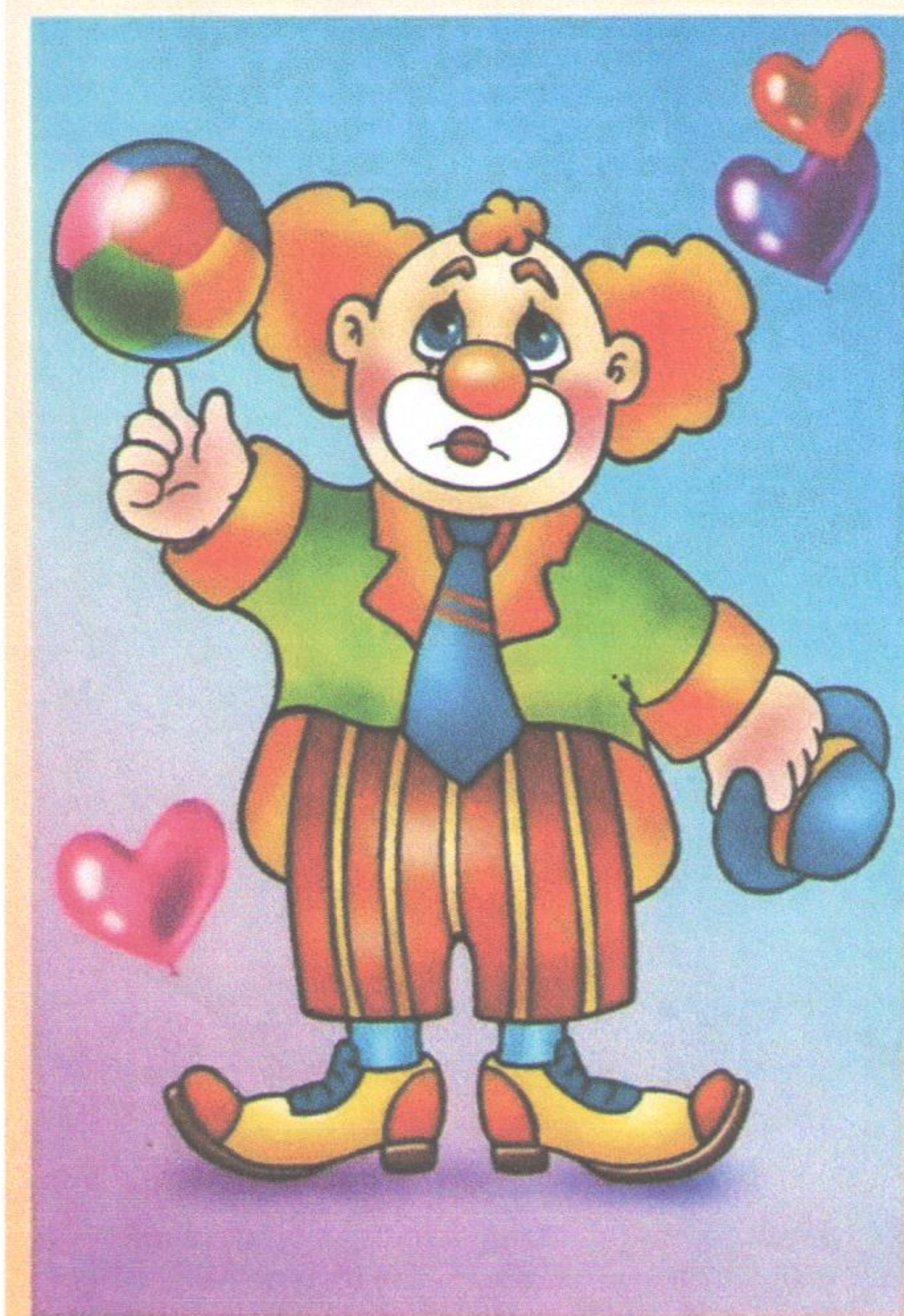
Спросите малыша, нужен ли дождь и кому он нужен?
Кто напился дождем? Кто умылся дождем?

Играем с листьями на прогулке:

Вот на ветке лист кленовый.
Нынче он совсем как новый.
Весь румяный, золотой.
Ты куда, листок? Постой! (В. Берестов)

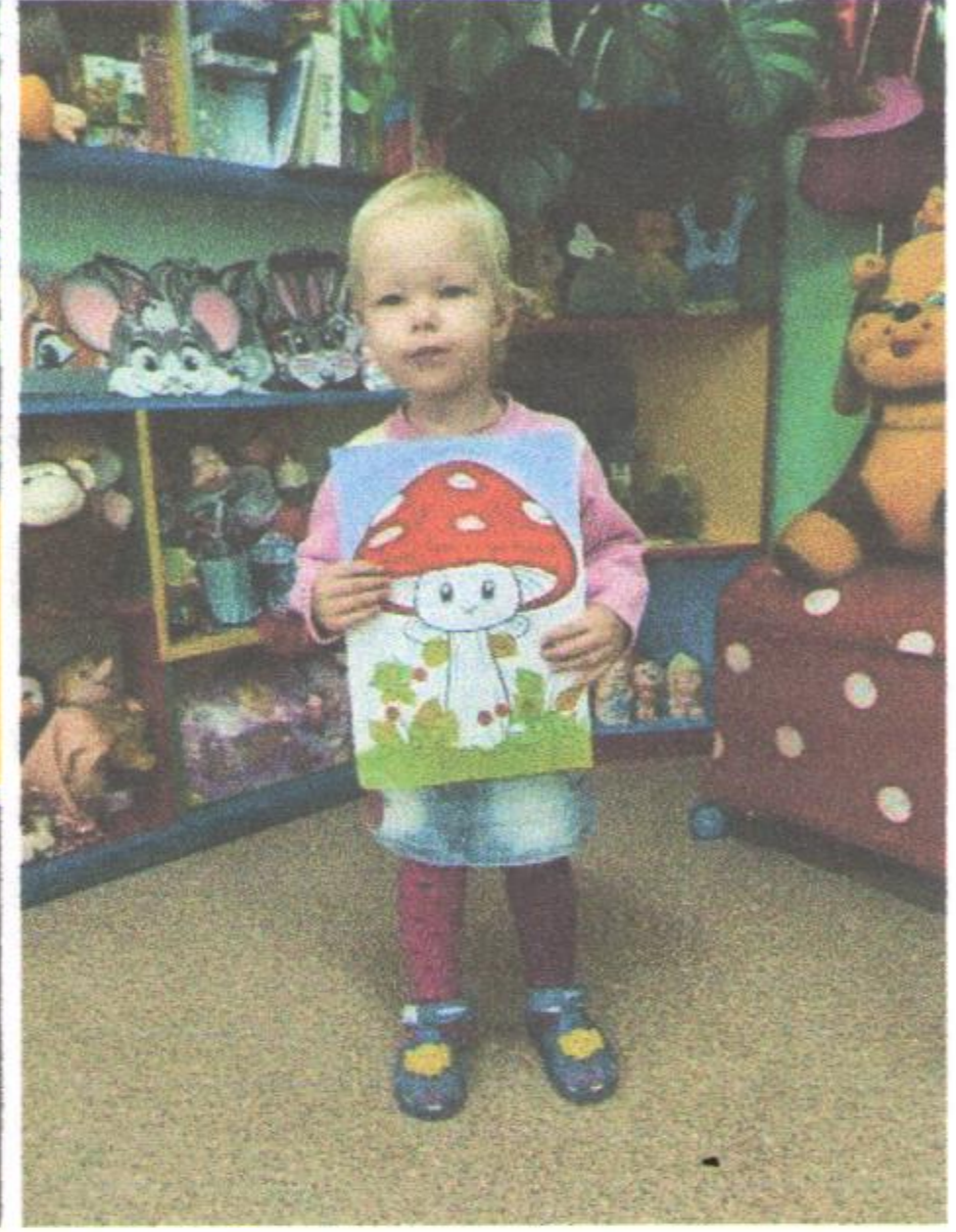
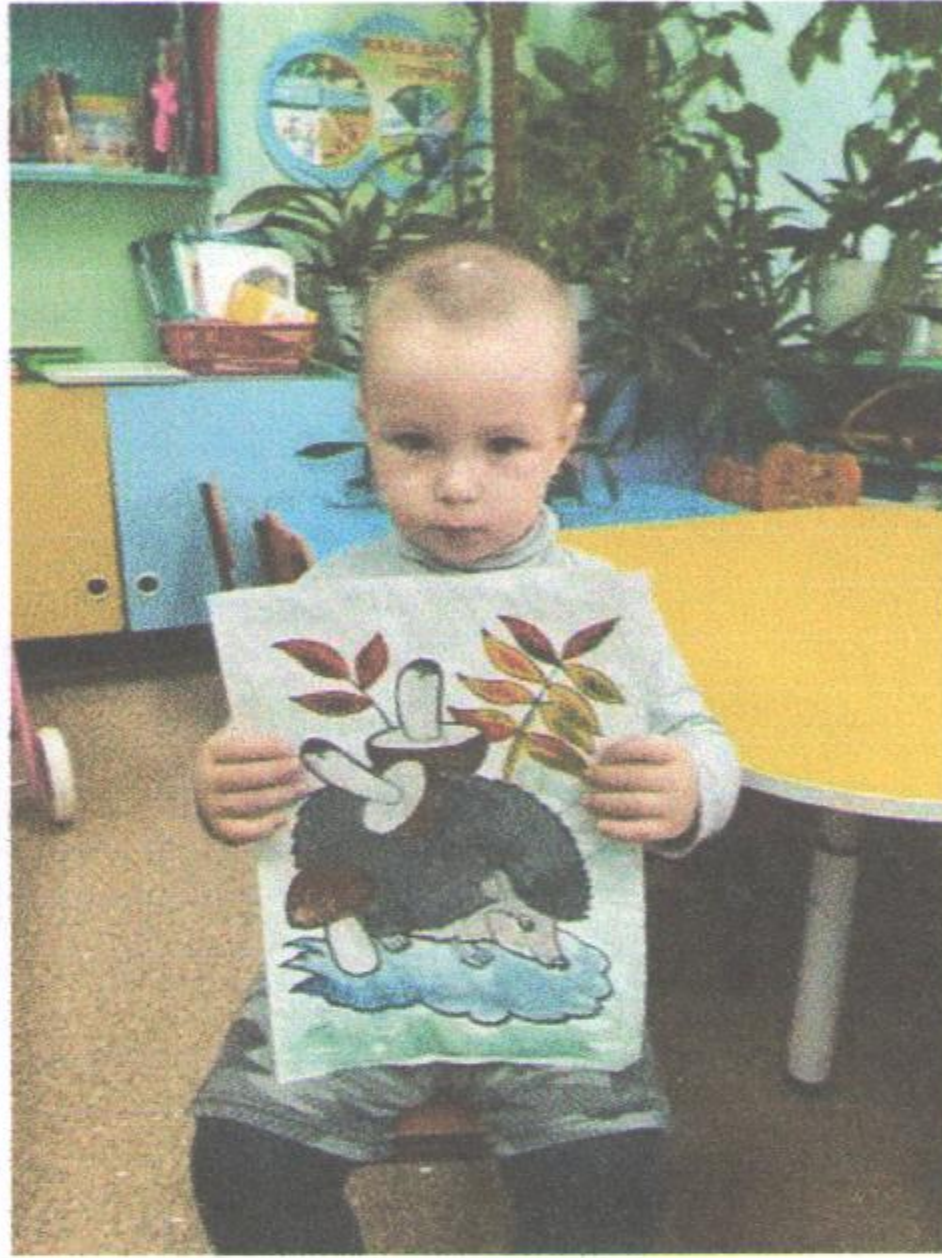
Соберите кленовые листья. Подбрасывайте их вверх и ловите, проговаривая слово: «Упал! Упал!» с малышом, которые еще только учится говорить. Если Ваш малыш уже хорошо говорит, то называйте, куда упал листочек: «Упал на землю. Упал под скамейку. Упал маме на плечо». Называя предлоги «в», «на», «под» и другие в своей повседневной речи, Вы поможете малышу быстрее и легче ими овладеть и научиться их правильно употреблять в речи.

ИГРАЕМ ВМЕСТЕ «Найди отличия»



ВНИМАНИЕ! КОНКУРС!

В октябре мы предложили родителям вместе с детьми поучаствовать во Всероссийском конкурсе творческих работ «Осенние этюды». Родители с детьми приняли активное участие в этом конкурсе. **Шипов Артем** – награжден дипломом за 2 место, **Шевцова Кристина** – награждена дипломом за 2 место, **Литвинова Екатерина** – награждена дипломом за 2 место.



СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТОВ

ЗДОРОВЬЕ В ДЕТСКОМ САДУ

Правило 1: Нет тепличным растениям!

Первое, что рекомендуют всем мамам врачи и педагоги – это отказаться от тепличных условий. Больше свежего воздуха, больше ходьбы босиком или на босу ногу, воздушные ванны, частые контакты с другими детьми (на площадках, в гостиных и пр.) – все это поможет ребенку как можно безболезненнее пройти акклиматизацию в новом детсадовском коллективе.

И не старайтесь создавать дома стерильную обстановку – это нанесет ребенку больше вреда, чем обычное количество окружающих нас бактерий.

Правило 2: Вы хотите поговорить об этом?

Как это ни странно, но психическое здоровье и душевное равновесие ребенка оказывает немалое влияние на его иммунную систему. Поэтому важно, чтобы ребенок не заливался слезами перед входом в садик, а шел туда осознанно и с интересом.

Правило 3. Доверяй, но проверяй!

Не смотря на то, что ваш ребенок выглядит здоровым и бодрым, перед походом в сад нужно пройти диспансеризацию. В первую очередь это нужно вам самим, чтобы потом не кусать локти, что вовремя не распознали ту или иную болезнь. А во-вторых, это простое правило поведения человека в коллективе – если сам болен, не заражай других.

Правило 4: Сбалансированное питание - основа здоровья ребенка.

Ни для кого не секрет, что основа здорового образа жизни не только взрослых, но и детей - это качественное, разнообразное и сбалансированное питание. Так что организуйте питание своего ребенка с самых первых дней его жизни так, чтобы ежедневно в его меню входили разные группы продуктов, богатых витаминами, минералами и микроэлементами.

Диетологи считают, что лучше всего использовать в меню «родные» продукты, т.е. выросшие в той полосе, где рожден ребенок. К примеру, для нас, жителей средней полосы, черная смородина является более полезным продуктом богатым витамином С, нежели южные апельсины.

Организм человека на 80% состоит из воды, поэтому каждый человек должен потреблять в сутки хотя бы небольшое ее количество. К сожалению, мы часто забываем о воде, особенно, когда речь идет о детях: заменяем ее на сладкие соки, компоты и чай! Безусловно, это восполняет запасы жидкости в организме, но качество этих запасов оставляет желать лучшего.

Правило 5: Если хочешь быть здоров - закаляйся!

Если с советских времен всем нам хорошо известна магическая формула абсолютного счастья: «если хочешь быть здоров - закаляйся!» И правда, статистика утверждает, что среди закаленных детей больных в разы меньше.

(Статью подготовил Горбов А.И., инструктор по физической культуре)

СЕМЕЙНАЯ СТРАНИЧКА

Я Трайс Татьяна Викторовна, хочу рассказать о «каждодневной» традиции. Наступает вечер, но всей семьей сидим за столом, пьем чай и разговариваем, поговорившись, идеем укладываться спать, обязательной пожеланий перед сном и самые дорогие слова: «Спокойной ночи!»

Благодаря традиции, существующей в нашей семье, наши детки Лера и Ваня учатся любить, уважать, доверять, ценить минутное общение с родными людьми, помогать друг другу. Я это самое важное в воспитании детей.

Трайс.

«КАРАПУЗЫ» - газета для родителей младшей группы. МДОУ «Сказка» г. Николаевска.

Главный редактор газеты - Н.В. Кутепова.

Издаётся один раз в месяц. Бесплатно. Дата выхода-7 октября 2024 года.