

# Домовёнок

«Детский сад №2 “Журавушка” Ноябрь—Декабрь 2013 год № 2(21)

## Дела детсадные

### Каникулы, каникулы- веселая пора

В старшем дошкольном



возрасте у детей уже появляется умение организовывать свою культурно—досуговую деятельность. Во время каникул ребенок имеет возможность проявить свою активность, получить удовольствие, новое впечатление, приобщение к здоровому



образу жизни, научиться организовывать свой отдых.

Вот и у нас в детском саду в начале ноября прошла неделя детских каникул под названием «Осеннее настроение». С детьми всех возрастных групп организо-

вывались развлечения и физкультурные досуги: «Игрушки», «Ярмарка русских потех», «Котята», «Мир игрушки—это радость», «В здоровом теле—здоровый дух», день подвижных игр. К детям в гости приходили Матрешка, Незнайка, Мишка косолапый, клоун и музыкант. Они играли с детьми в разные подвижные и хоровод-



ные игры, игры—аттракционы, игры—соревнования. А еще во время был организован День подвижных игр. К детям в гости приходили Матрешка, Незнайка, Мишка косолапый, клоун и музыкант. Они играли с детьми в разные подвижные и хоровод-



ные игры, игры—аттракционы, игры—соревнования. А еще во время был организован День сказок. Воспитатели устроили кукольный театр, где показали сказки «Колобок», «Вот это фокус», «Капризка», «Зайкина

тетя», «Плохой хвостик».

Дети с большим удовольствием смотрели сказки. Активный отдых во время каникул вносит разнообразие в жизнь детского коллектива, объединяет детей, побуждает желание познать



себя и свои возможности, активизирует детскую двигательную активность.

Старший воспитатель  
Мылюева Е.В.

## Пусть всегда будет мама!

«Пусть всегда будет мама» под таким лозунгом 22 ноября в 1 младшей группе «Ягодка» прошло

спортивное развлечение «В паре с мамой моей я шагаю все быстрее».

Дети вместе со своими мамами совершили путешествие на лесную полянку. Так как ребята совсем еще маленькие все упражнения и задания они выполняли вместе с мамами.



А так как полянка находится в лесу, там живут еще и



21 и 22 ноября в здание «Березка» детского сада пришли мамы и бабушки, чтобы поучаствовать на празднике, посвящённом «Дню Матери». В средней группе праздник назывался «Мы игрушки не простые, мы игрушки заводные». Детишки читали

звери. Дети самостоятельно отгадывали загадки про

зверей. И тут в гости к ним пришел медведь. Они научили медведя как правильно делать зарядку,

чтобы не болеть и быть подвижным, а мишка провёл с ними подвижную игру «У медведя во бору». Затем сами малыши превратились в зайчиков и поиграли в игру «Зайка серенький».

Наигравшись на полянке ребята вместе с мамами возвратились в детский сад, где в знак своей любви к мамам подарили свои первые подарки.

стихи, превращались в игрушки, пели песни, танцевали, весело играли. А в конце мероприятия их посетил Ванька-Встанька, большая и веселая игрушка.

В старшей группе мамы были приглашены на фольклорный праздник «Посиделки у Уляны». Здесь тоже дети читали стихи, отгадывали с мамами загадки, пели, исполнили танец, играли.

В подготовительной группе праздник так и назывался «День Матери».

Нелегкий труд – детей



рожать,  
Растить, стирать пеленки.  
Пусть будет героиней мать  
Для каждого ребенка.  
Кто может миру подарить

Божественное чудо?  
Зачать, вышивать,  
любить,  
В ней столько сил откуда?

Пускай хранит Мария-мать  
Всех женщин на планете.

Я не устану повторять:  
Вы – лучшие на свете.

Воспитатель 1 младшей группы  
Бовыкина И.В.

Дети подарили мамам чудесные стихи, пели песни, танцевали польку, играли и плясали с мамами. После утренника мамы с детьми пили чай со сладостями.



Музыкальный руководитель  
Шепихина С.В.

Дела спортивные

## Физические упражнения против усталости

Кому не известно чувство усталости, наступающее при однообразном труде уже через 2-3 часа работы? Очевидно, всем. Но не все знают, как с ним бороться. Оказывается, с помощью простых физических упражнений, вовлекающих в работу другие мышечные группы. В это время уставшие нервные клетки быстрее восстанавливаются, и чувство усталости исчезает. Вот почему для сохранения высокой работоспособности на протяжении всего рабочего дня просто необходима гимнастика.

**Физические паузы** желательно проводить в период усталости, то есть через каждые 1,5-3 часа работы. Продолжительность паузы 5-7 минут, состоит она из следующих упражнений:

- Потягивание;
- Для мышц туловища и рук с элементами расслабления;
- Наклоны и повороты туловища, махи руками и ногами с большой амплитудой;
- Прыжки, приседания, ходьба;
- Прогибание, отведение рук и ног в стороны и назад;
- На внимание.

Каждое упражнение выполняется 3-6 раз, нагрузка не должна вызвать физической усталости.

**Физкультминутки** могут проводиться 3-5 раз в течение рабочего дня продолжительностью по 1-2 минуты непосредственно на месте работы в удобное время. Физкультминутка обычно состоит из 2-4 упражнений. Такими упражнениями могут

быть:

1. Отведение плеч назад и выпрямление;
2. Наклоны вперёд, в стороны, с движениями рук и ног;
3. Движения для тех мышечных групп, которые устали (например, для кисти, предплечья или шеи).

**Физкультминутные микропаузы** выполняются по мере надобности в течение 20-30 секунд. Могут использоваться: расслабления рук, движения головой, глазами, ходьба, напряжение мышц без движений (изометрические упражнения), приёмы самомассажа уставших мышц и др.).

С целью сокращения периода вработываемости перед работой в течение 5-7 минут может использоваться также вводная гимнастика, состоящая из 6-8 упражнений:

1. Ходьба на месте;
2. Потягивание;
3. Приседание или бег, прыжки на месте;
4. Наклоны, повороты туловища;
5. Имитация рабочих движений или упражнения на точность и внимание.

### Народная мудрость, поговорки, высказывания великих людей.

*Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.*

**Гиппократ**  
*Я не боюсь ещё раз и ещё повторять: забота о здоровье— это важнейший труд воспитателя. От жизнеработоспособности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, вера в свои силы.*

**В.А. Сухомлинский**

*Будьте добрыми, если захотите, будьте мудрыми, если сможете, но здоровыми будьте всегда.* **Конфуций**  
*В здоровом теле—здоровый дух.* **Децим Юлий Ювенал**  
*«Здоровье—всему голова»*

**Народная мудрость**  
*Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым; пусть он работает, действует, бегают, кричит, пусть он находится в постоянном движении.*

**Жан Жак Руссо**  
*Начинай день с зарядки, а заканчивай прогулкой.*

**Народная поговорка**  
*Видеть красивого, здорового ребёнка—желание каждого, кто находится рядом с ним, кого волнует и заботит его будущее.*

**О.В. Дуда**  
*Здоровье и счастье наших детей во многом зависит от постановки физической культуры в детском саду и дома.*

**Н.М.Амосов**  
*«Жизнь требует движения»  
«Ничто так не истощает и не разрушает человека, как продолжительное физическое бездействие»*

**Аристотель**  
*Природа не знает остановки в своём движении и казнит всякую бездеятельность.*

**Иоганн Вольфганг Гёте**  
*Здоровье до того превышает все остальные блага жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного короля.* **А.Шопенгауэр**  
*Целью игры должно быть развитие мускулов дитяти, а средство к достижению этого—движения. В это же время подвижная игра должна иметь целью не только физическое упражнение, но и умственное.*

**Е.Н.Водовозов.**  
Инструктор по физической культуре Гаева Н.А.

## Готовим ребенка к письму



Подготовка к письму является одним из самых сложных этапов подготовки ребенка к систематическому обучению. Это связано с психофизиологическими особенностями 5—6-летнего ребенка, с одной стороны, и с самим процессом письма, с другой стороны.

Согласно данным психологов и физиологов у детей данного возраста слабо развиты мелкие мышцы руки, несовершенна координация движений, не закончено окостенение запястий и фаланг пальцев. Зрительные и двигательные анализаторы, которые непосредственно участвуют в восприятии и воспроизведении букв и их элементов, находятся на разной стадии развития. На самых начальных ступенях обучения письму дети не видят в буквах элементов. Они не могут выделить их из целой буквы, да и конфигурацию буквы воспринимают не полностью, не замечая малых изменений элементов ее структуры.

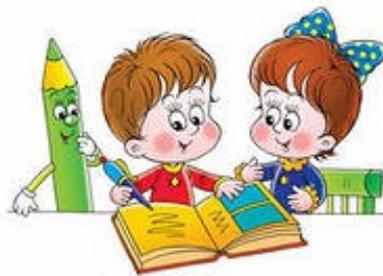
У детей пяти—шести лет недостаточно сформирована способность к оценке пространственных различий. Кроме того, дети с трудом ориентируются в таких необходимых при письме пространственных характеристиках, как правая и левая сторона, верх—низ, ближе—

дальше, под—над, около—внутри и т. д.

Процесс письма требует от ребенка не только физических, интеллектуальных, но и эмоциональных усилий.

Чтобы избежать негативных последствий при обучении письму, разработана система упражнений, позволяющая каждому ребенку постепенно, без перегрузки, с максимальным учетом его индивидуальных особенностей подготовиться к этому роду деятельности. Предлагаемые упражнения малыши могут выполнять дома под руководством взрослых, в дошкольных учреждениях и в школе.

Для укрепления и развития руки, координации движений будут полезны следующие упражнения: застегивание и расстегивание пуговиц; завязывание и развязывание лент; пле-



тение из ниток; завязывание узелков; переключивание мелких игрушек и работа с мелкими деталями конструктора; всасывание пипеткой воды из стакана; пересыпание мелких круп и т. д.

Можно предложить гимнастику для рук:

- сложить руки ладонями



вместе и вытянуть их перед собой; развести кисти рук в стороны, не размыкая запястий;

- постепенно и поочередно сжимать пальцы сначала левой руки, а затем правой;

- сложить ладони вместе; развести и свести пальцы и т. д.

Для подготовки руки к письму можно предложить детям работу по раскрашиванию рисунков (штриховку), как один из самых легких видов



деятельности.

**Посадка при письме.** Дети должны сидеть прямо, не касаясь грудью стола. Ноги всей ступней стоят на полу или на подставке, голова немного наклонена влево.

**Положение рук при письме.** Руки пишущего должны лежать на столе так, чтобы локоть правой руки немного выступал за край стола и правая рука свободно двигалась по строке, а левая — лежала на столе и снизу придерживала рабочий лист.

**Положение кисти пишущей руки.** Кисть правой руки большей частью ладони должна быть обращена к поверхности стола, точками опоры для кисти служат ногтевая фаланга несколько согнутого мизинца и нижняя часть.

Рубрику подготовила  
учитель-логопед  
Коршакова А.В.