

*Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение*

детский сад №181

*Информационно-познавательная
газета для родителей*

Читайте в этом выпуске:

- 1. Консультация для родителей «Лето и
безопасность ваших детей»*
- 2. Интересные способы занять ребенка в летний
период*
- 3. Загадки про лето.*
- 4. Пословицы и поговорки про лето.*
- 5. Играем вместе.*

Июнь 2024г



Консультация для родителей «Лето и безопасность ваших детей»

Солнце хорошо, но в меру

Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Это касается и самых маленьких – грудных детей. Однако, если более старшим дошкольникам разрешается понемногу загорать, то малышам прямые солнечные лучи могут причинить вред. Самая большая опасность – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна.

До трёх лет световоздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев. При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка. Сначала от одежды освобождаются руки и ноги, а затем остальные части тела. Уже с 1,5 летнего возраста световоздушные ванны ребёнок может принимать в одних трусиках. Продолжительность первой такой ванны – 5 минут, затем время постепенно увеличивается до 30-40 минут. Световоздушные ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. Лучшее время проведения – с 9 до 12 часов, на юге – с 8 до 10 часов. Каждую световоздушную ванну лучше всего заканчивать водной процедурой.



The image shows a spiral-bound notebook with a light blue cover. On the cover, there is a large, smiling yellow sun with a face, and several ladybugs. The notebook is open to a page with a light green background. The page contains text in Russian. At the bottom of the page, there is a colorful illustration of a boy and a girl playing in a field. The boy is on the left, wearing a blue cap and a striped shirt, with his arms raised. The girl is on the right, wearing a red dress and a red bow, holding a string attached to a pink kite. A colorful ball is on the ground between them. The background of the illustration shows a green field with flowers and a blue sky with clouds.

Осторожно: тепловой и солнечный удар!

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела. Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге. Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей. Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма световоздушных ванн.

При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны. Это – головокружение, слабость, головная боль. У малышей часто отмечается расстройство кишечника. В тяжёлых случаях могут появиться судороги, рвота, потеря сознания. Во всех таких ситуациях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребёнка в тень, смочить голову и грудь холодной водой, на переносицу положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребёнку попить и успокойте его.



Купание – прекрасное закаливающее средство

Купаться в открытых водоёмах можно, начиная с двух лет. Место для купания должно быть неглубоким, ровным, с медленным течением. Прежде чем дать ребёнку возможность самостоятельно войти в воду, необходимо убедиться в том, что в данном месте нет ям, глубокой тины, коряг, острых камней. В воде вместе с ребёнком обязательно должен находиться взрослый.

При купании необходимо соблюдать правила:

1. Не разрешается купаться натошак и раньше чем через 1-1,5 часа после еды.
 2. В воде дети должны находиться в движении.
 3. При появлении озноба немедленно выйти из воды.
 4. Нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.
- 



Несколько самых интересных способов занять ребенка летом

Лето - лучшая пора для проведения как можно больше времени на улице, особенно это касается детей - ведь растущему организму нужен воздух. Впрочем, не только этот вопрос заботит многих родителей, а еще и вопрос, чем занять ребенка летом, чтобы было не скучно, полезно и развлекательно!

Есть масса идей для проведения досуга детей разных возрастов, как дома - так и на даче, или даже просто в парке, главное - чтобы понравилось вашему любимому малышу! Для вас - несколько самых интересных способа занять ребенка летом!

1. Помогите найти ребенку новое хобби. Летнее время - самое удачное для начала занятий чем-то новым, ведь нет никакой спешки, и можно посвятить интересному делу больше времени. Неважно, что это будет - увлечение астрономией, или резьба по дереву, главное - поддержать ребенка в новом начинании.



2. Если у вас есть возможность выезжать на дачу - то предложите своему ребенку каждые выходные устраивать тематические вечеринки! Это может быть герои из любимых мультиков или фильмов, а могут быть и простые вечеринки - например, пенную вечеринку совсем не сложно сделать, если у вас есть надувной бассейн.

3. Научите играть в подвижные игры на улице - увы, но современные дети совсем не знают, что такое салочки, казаки-разбойники, а девочкам напомните старую добрую игру - прыгать в резиночку.

Такие подвижные игры подойдут детям практически всех возрастов, ну и польза от них огромная - как физическая, так и плане социализации ребенка в коллективе.

4. Твистер на природе - а почему бы и нет! И даже не обязательно брать с собой коврик с цветными кругами для твистера - достаточно просто раскрасить полянку быстросохнущими красками. Идея отличная для небольшой компании детей, играть в такую игру можно как на площадке во дворе, так и на даче.





5. Извлеките пользу летом даже из ваших ежедневных прогулок на природе. Подготовьте рассказ о каких-то природных явлениях, или интересные факты о природе -

летом, когда все цветет и развивается, проще всего показать на примере интересные растения и насекомых.

6. Возможно у вас есть возможность ходить с детьми в поход на выходных - то походы тоже можно делать тематические. Например, поход, посвященный какому-то животному, при этом займитесь боди-артом с вашим чадом - раскрасьте лицо как окрас выбранного персонажа и изучайте его повадки.

7. Когда ваш ребенок домосед - то нет смысла гнать его на улицу против его желания. Но провести время с пользой и интересом можно и дома. Есть очень много конструкторов, которые можно собирать длительное время, и при этом собрать целый завод или станцию. Так же отлично подойдут для домашних вечеров пазлы с большим количеством деталей.





Развивай-ка

Загадки про лето:

Я соткано из зноя,
Несу тепло с собою,
Я реки согреваю,
«Купайтесь!» - приглашаю.

И любите за это
Вы все меня, я - ...
(Лето)

Что за милая пора –
Солнце, зелень и жара?
(Лето)

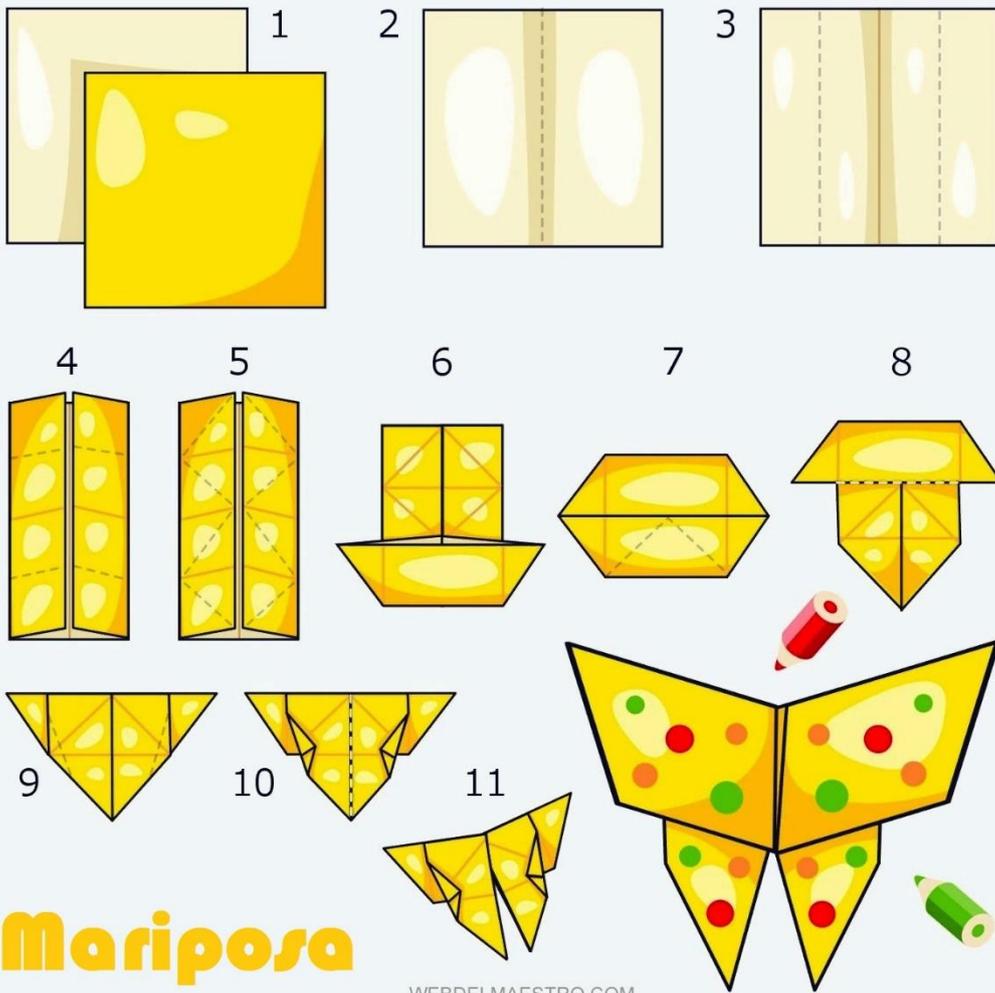
Все желают в эту пору
Отпуск взять и ехать к морю.
(Лето)



Пословицы и поговорки

1. Дождливое лето хуже осени.
2. Зимой морозы, а летом грозы.
3. Красное лето никому не наскучит.
4. Летний день зимнюю неделю кормит.
5. Летом дома сидеть – зимой хлеба не иметь.
6. То что лето собирает, всё зима подъедает.
7. То что летом уродится - всё зимой пригодится.
8. Летом день пролежишь – зимой с сумой побежишь.
9. Летом всякий кустик ночевать пустит.
10. Не проси лета долгого, а проси теплого.
11. Хорошо бы лето, только мухи заели.
12. Плохо лето, если солнца нету.
13. Солнце летом греет, да зимой морозит.

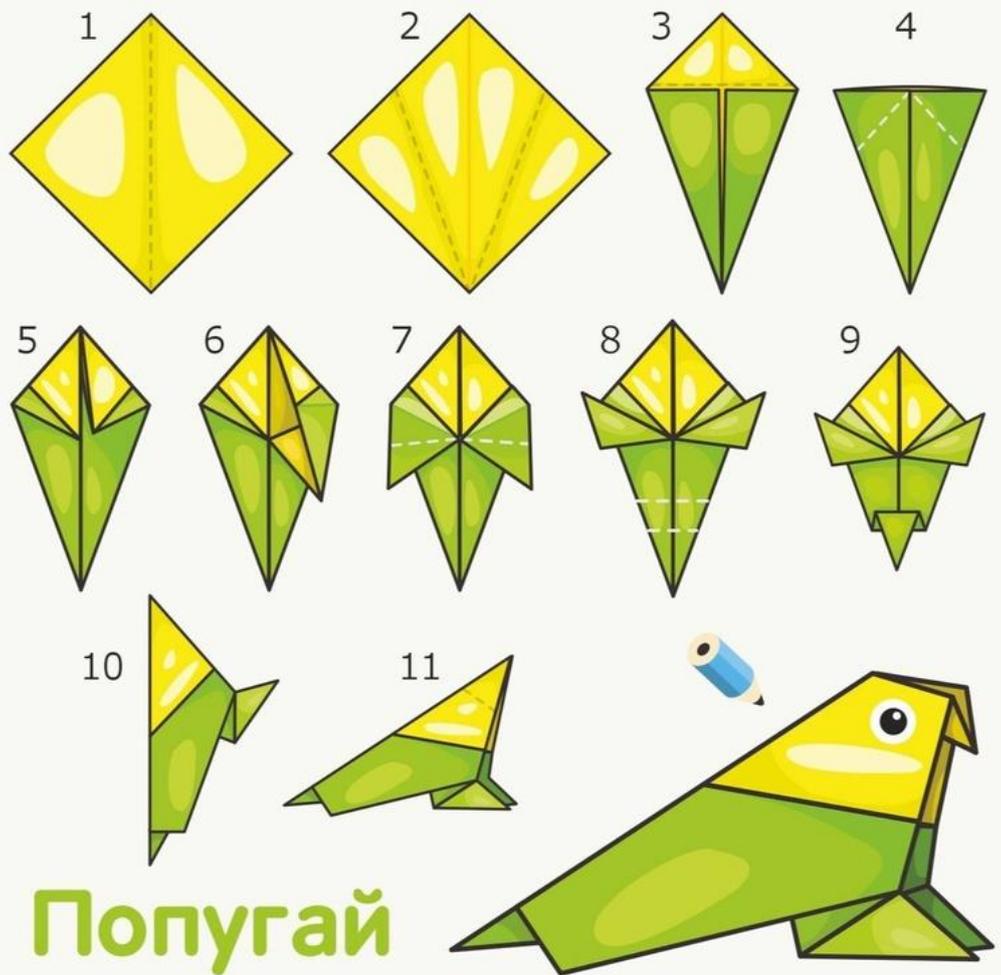




Mariposa

WEBDELMAESTRO.COM

© webdelmaestro.com



Попугай