



Выпуск № 2  
2022 г.

## Телеграмма дошколят

### ТЕМА НОМЕРА

### Весенний калейдоскоп

#### Читайте в номере:

- ◆ *От редакции:* новый учебный год (стр. 1)
- ◆ **Новости детского сада** (стр. 2)
- ◆ **Логопедическая шкатулка** (стр. 3)
- ◆ **Музыкальная палитра** (стр. 5)
- ◆ **Физкульт-ура!** (стр. 7)
- ◆ **Родителям на заметку** (стр. 9)
- ◆ **Будь здоров!** (стр. 11)
- ◆ **С днем рождения!** (стр. 13)
- ◆ **Редакция газеты** (стр. 14)

#### От редакции

##### **Уважаемые читатели!**

От редакции Мы рады приветствовать Вас, уважаемые читатели! У Вас в руках уже второй выпуск нашей газеты. Он будет посвящен событиям, прошедшим в нашем детском саду в зимний период. В нашей газете всегда свободны страницы для Ваших мыслей, советов, пожеланий.



Написать в редакцию  
Вы можете по e-mail:  
[selivanikhasad19@bk.ru](mailto:selivanikhasad19@bk.ru)  
или обратиться к  
воспитателям.

Сайт детского сада:  
<https://selivanikhasad24.ru>

<https://selivanikhasad24.ru>

В зимний период в нашем детском саду прошло много разных мероприятий. Вот некоторые из них:

### Новогодние утренники



С 24 по 29 декабря во всех корпусах нашего детского сада прошли новогодние утренники.

Красиво украшенные залы, нарядные елки, подарки, Дед

Мороз и Снегурочка, Лисичка, Дюдюка, Волк, Снеговик и множество других сказочных персонажей ожидали детей дошкольного учреждения. Ребята погрузились в мир чудес, приключений, невероятных превращений и сюрпризов. Дошколята танцевали, пели песни, читали стихотворения, водили хороводы, с удовольствием участвовали в играх и конкурсах. Дети получили массу положительных эмоций и долгожданные подарки из рук Деда Мороза.

### Методическая встреча

В ходе методической встречи 13 января педагоги



представили свой опыт работы по теме использования инновационных развивающих технологий, методов и приемов, направленных на развитие речи детей дошкольного возраста.

### «Коляда, коляда, отвори ворота!»

Наш любимый детский сад целый день ликует, Потому что всей гурьбой в нем нынче колядуют. Слаженно поют колядки в эти праздничные святки, Счастья всем, добра желают, дружно сеют, посевают.



### Семинар «Агрессивный ребёнок в группе детского сада»



19 – 20 января 2022 год педагог-психолог Дранишникова А.С. провела семинар-практикум для педагогов «Агрессивный ребёнок в группе детского сада»

На семинаре разбирали причины появления агрессии у детей и методы их коррекции. Отработали некоторые ЭКСПРЕСС-приемы, которые помогут педагогам остановить вспышку агрессии у ребенка в группе. Педагог-психолог познакомила педагогов с АРТ-приемами, которые помогут снизить агрессию у детей. Педагоги делились между собой опытом, предлагали устоявшиеся способы профилактики и устранения агрессии в условиях группы детского сада.

### Блокада Ленинграда



27 января - День снятия блокады города Ленинграда, одна из самых трагических страниц в истории Великой Отечественной войны, народная эпопея,

которая потрясает людские сердца и сейчас, спустя 78 лет. Накануне этого памятного дня педагоги нашего сада в группах старшего дошкольного возраста провели тематические занятия.

Разрабатывая мероприятия, педагоги учитывали возраст детей, важность освещения данных событий, адаптировали материал для восприятия детьми дошкольного возраста.

### Выставка «Военная техника своими руками»

Каждый год, в конце зимы, 23 февраля, все мы отмечаем праздник – День Защитника Отечества.



Это возможность лишний раз напомнить детям о том, что такое смелость, отвага, благородство и мужество. Защитники есть в каждой

семье: дедушки, дяди, старшие братья и, конечно же, наши любимые папы. Мужчины по праву считаются защитниками нашей родины, нашего Отечества.

В этом году выставку творческих работ в нашем детском саду мы решили посвятить боевой технике нашей армии. Все работы были по-своему хороши. Спасибо родителям и детям за участие!

### НАДО УМЕТЬ ДВИГАТЬСЯ, ЧТОБЫ ВСЁ УСПЕВАТЬ!

Ни для кого не секрет, чтобы хорошо и четко говорить, язык должен четко двигаться во рту!

Но не многие в курсе, чтобы четко произносить звуки и быстро мыслить, надо отлично уметь двигаться, прыгать и бегать. Да и хороший почерк зависит от укрепленных мышц спины и руки, а не только от развитых мелких движений пальцев. Моторное развитие ребенка идет от общего к частному. Ведь малыш сначала учится крупным движениям: удерживать головку, переворачиваться, ползать, стоять, ходить, а после уже держать ложку, карандаш.

В 1929 году крупный ученый И.Н. Озерский разработал и апробировал моторные тесты для детей от 4 до 12 лет.

Сейчас идет XXI век. Во внешнем облике людей ничего не изменилось. Они так же ходят, прыгают, едят, говорят, что и более ста лет назад. А значит, моторное развитие должно быть такое же, даже совершенней.

Но век высокоразвитых технологий накладывает свои отпечатки на образ жизни и движений. Двигаться дети стали гораздо меньше, да и взрослое поколение озадачено устранением гиподинамии.

Вернемся в 1929 год к оцениванию моторного развития ребенка.

#### Итак, 4 года ребенок должен:

1. Стоять на одной ноге 15 секунд с открытыми глазами. Повторить со второй ногой после перерыва 2 минуты.
2. Подпрыгивание. Одновременно отделяются от земли две ноги. Выполнять три подпрыгивания. Тест считается невыполненным, если ноги от земли отрываются не одновременно или подпрыгивания не выполнены три раза подряд.
3. Вхождение на лестницу 10 ступеней. Высота 10-12 см, не держась за перила руками. Если приставные шаги на одну ступень, то тест не выполнен. Ограничение по выполнению 1,5 минуты.
4. Схождение по лестнице. Условия такие же, как в пункте 3.
5. Умение поднять брови вверх. Можно по подражанию.
6. Умение умываться. Набирать воду в пригоршни и доносить до лица.

#### В 5 лет надо:

1. Прыгать вперед на одной ноге 5 метров. Глаза открыты. Согнутой ногой не касаться пола. Перерыв 1 минута, затем вторая нога.

2. Пройтись на цыпочках 3 метра, не опуская пятки на пол.

3. Самостоятельно полностью одеваться, застегнув все пуговицы, завязав шнурки.

4. Вбежать на лестницу 10 ступенек, не держась за перила. Время 15 секунд.

5. Попасть теннисным мячом в квадратную доску размером 25 см на 25 см на расстоянии 1 метр. Зачитывается, если движение от плеча. Неважно попал в центр или нет.

#### 6 лет:

1. Прыгание с места через веревку, натянутую на высоте 20 см. Без разбега, обе ноги сгибаются в коленях.

2. Стояние на одной ноге с закрытыми глазами 15 секунд. Перерыв 2 минуты. Повторить на другой ноге.

3. Прыжок с высоты 30 см на пол. Защищается, если приземлился на носки. Допустима вторая попытка, если встал на пятки или потерял равновесие.

4. Сбегание с лестницы 10 за 10 секунд. Не держаться за перила.

5. Три плавных приседания: пятки вместе, носки врозь.

6. Поймать ведущей рукой теннисный мяч, кинутый с расстояния 1 метр. Команда «готовься», через 3 секунды команда «лови». При подаче обеих команд руки ребенка по швам не разрешается протягивать руку вперед.

Ну и в 7 лет ребенок четко без ошибок должен выполнять следующее:

1. Прыгать на одной ноге с завязанными глазами на расстоянии 5 метров. Допускается отклонение по прямой не более 1,5 метра. До завязывания глаз, ребенку показывают, куда нужно прыгать.

2. Наморщить лоб. Тест выполнен, если нет других содружественных сокращений мышц.

3. Поймать не ведущей рукой теннисный мяч, брошенный на расстоянии одного метра (остальные условия см. в тесте для 6 лет)

4. Завязать постой узел на нитке 15 см. расположение узла не важно. Время выполнения 15 сек.

5. Одновременно попрыгать на правой ноге и вращать левую руку в предплечье. Перерыв 2 минуты. Затем левая нога и правая рука.

6. Перенести на расстоянии 3 метров стакан, наполненный до краев водой. Стакан стоит на блюде. Ребенок держит блюдо за край на вытянутой руке. Пролитая вода сливается в мерный цилиндр. Допустимо пролить 10 см кубических. Время выполнения не более 10 секунд.

Вот так по меркам прошлого века должно проходить моторное развитие детей. Как видим, что ребенок к школе должен бодро взбегать по лестнице, быстро себя одевать и быть достаточно ловким, чтобы не разлить до краев наполненный водой стакан, неся его на блюде вытянутой рукой.

А ваши дети прошли тесты моторного развития 1929 года?

### ВЕСНА ШАГАЕТ ПО ПЛАНЕТЕ



#### МАРТ

Март первый месяц весны. Весна наступает, солнца прибавляет. Снежные завалы начинают таять

от первых лучиков тепла. В проталинах появляются первые весенние цветы-подснежники.

К нам весна шагает  
Быстрыми шагами,  
И сугробы тают под её ногами.  
Черные проталины на полях видны.  
Видно очень теплые ноги у весны.

*И. Токмакова*

#### АПРЕЛЬ

Второй месяц весны. Поток со всех склонов как хлынет вода. Гонит снег апрель прочь зиму вместе с ним. Оголяется темная и сырая земля, почва готовится к цветению, лес просыпается от пения птиц.

Апрель, апрель!  
На дворе звенит капель.  
По полям бегут ручьи,  
На дорогах лужи.  
Скоро выйдут муравьи  
После зимней стужи.  
Пробирается медведь  
Сквозь лесной валежник.  
Стали птицы песни петь,  
И расцвел подснежник.



#### МАЙ

Третий и последний месяц весны. На земле быстро прорастает трава. Из почек на ветвях деревьев прорываются молодые листочки, каких-то несколько дней и лес не узнать - шумит листвой. Месяц роста травы и зелени.

Май раскрасил мир зеленым,  
Белым, розовым, веселым!  
Взять мелки, бежать во двор,  
И раскрасить там забор.  
Рисовать мелками счастье,  
И девчонкам крикнуть: «Здрасьте!»  
Рисовать, писать, играть!  
Май пришел - пора мечтать...

#### Рекомендации:

Уважаемые родители!



✓ Обратите внимание ребенка на первые признаки весны: капель, кругом вода. Стало теплее. Ярко светит солнце.  
✓ Предложите ребенку постоять лицом к солнцу, почувствовать его тепло.

- ✓ Обсудите с ребенком, какие бывают сосульки: большие, маленькие, толстые. Тонкие, прозрачные, холодные, твердые.
  - ✓ Послушайте с ребенком песню капели.
  - ✓ Понаблюдайте за таянием снега, его состоянием: стал темным, серым.
  - ✓ Обратите внимание на то, что дни стали длиннее, а ночи короче; дуют теплые ветры; весной идут теплые дожди.
  - ✓ Понаблюдайте за птицами, обратите внимание на их поведение с приходом весны.
  - ✓ Расскажите ребенку о том, что весной прилетают перелетные птицы, они строят гнезда и выводят птенцов.
  - ✓ Обратите внимание, появилась первая зеленая трава, а на деревьях и кустарниках – листья, в траве распустились первые весенние цветы.
- Март, апрель и май зеленый  
Дарят листья липам, кленам.  
Просыпаются сады.  
Распускаются цветы.

*Учитель-логопед Акматова Е.Н.*

## 10 ПРИЧИН УЧИТЬ РЕБЁНКА МУЗЫКЕ

Несмотря на то, что ребёнок фальшиво орёт песни Чебурашки, и слуха у него нет; несмотря на то, что пианино некуда поставить, и бабушка не может возить ребёнка «на музыку»; несмотря на то, что ребёнку вообще некогда - английский, секция по каратэ, танцы и прочее, и прочее... Есть веские причины всё это преодолеть и всё-таки учить музыке, и эти причины должны знать современные родители.

### 1 Играть - это СЛЕДОВАТЬ ТРАДИЦИИ.

Музыке учили всех аристократов, русских и европейских. Музицировать - это лоск, блеск и шик, апофеоз светских манер. Дюк Эллингтон начал играть на рояле потому, что вокруг играющего парня всегда собираются девушки. Ну, а вокруг играющей девушки?

➔ Внимание, родители невест!

### 2 Музыкальные занятия ВОСПИТЫВАЮТ ВОЛЮ И ДИСЦИПЛИНУ: заниматься на инструменте надо постоянно, регулярно и без перерывов.

Зимой и летом, в будни и праздники. Почти с тем же упорством, с каким чемпионы тренируются в спортзале и на катке. Но, в отличие от героев спорта, играя на рояле, нельзя сломать ни шею, ни ногу, ни даже руку.

➔ Внимание, строгие родители! Музыка - это воспитание характера без риска травмы: как хорошо, что такое возможно!

### 3 Занимаясь музыкой, ребёнок развивает МАТЕМАТИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ.

Он пространственно мыслит, попадая на нужные клавиши, манипулирует абстрактными звуковыми фигурами, запоминая нотный текст, и знает, что в музыкальной пьесе как в математическом доказательстве: ни убавить, ни прибавить! Не случайно Альберт Эйнштейн играл на скрипке, а профессора физики и математики Оксфорда составляют 70% членов университетского музыкального клуба.

➔ Внимание, дальновидные родители будущих математиков и инженеров! Музицировать прият-

нее, чем решать трудные задачи из-под репетиторской палки.

### 4 МУЗЫКА И ЯЗЫК - близнецы-братья. Они родились следом друг за другом: сначала старший - музыка; потом младший - словесная речь, и в нашем мозге они продолжают жить рядом. Фразы и предложения, запятые и точки, вопросы и восклицания есть и в музыке, и в речи.

Играющие и поющие лучше говорят и пишут, легче запоминают иностранные слова, быстрее усваивают грамматику. Меломаны-литераторы Тургенев и Стендаль, Борис Пастернак и Лев Толстой, Жан-Жак Руссо и Ромен Роллан, каждый из которых знал не один иностранный язык, рекомендуют всем будущим полиглотам музыку.

➔ Внимание, мудрые родители будущих журналистов и переводчиков! Вначале было Слово, но ещё раньше был Звук.

### 5 Музыка СТРУКТУРНА И ИЕРАРХИЧНА: крупные произведения распадаются на менее крупные части, которые в свою очередь делятся на небольшие темы и фрагменты, состоящие из мелких фраз и мотивов.

Стихийное понимание музыкальной иерархии облегчает понимание компьютера, тоже сплошь иерархичного и структурного. Психологи доказали, что маленькие музыканты, ученики знаменитого Шиничи Сузуки, если даже не слишком преуспели в развитии музыкального слуха и памяти, зато обошли своих сверстников по уровню структурного мышления.

➔ Внимание, прагматичные родители будущих IT-инженеров, системных администраторов и программистов! Музыка ведёт прямо к вершинам компьютерных наук; не случайно фирма Microsoft предпочитает сотрудников с музыкальным образованием.

### 6 Музыкальные занятия РАЗВИВАЮТ НАВЫКИ ОБЩЕНИЯ или, как их сегодня называют, коммуникативные навыки.

За годы учёбы ребёнок-музыкант познакомится с галантным и дружественным Моцартом, ершистым и атлетичным Прокофьевым, умудрённым и философичным Бахом и другими очень разными музыкальными персонами.

Играя, ему придётся в них перевоплотиться и донести до публики их характер, манеру чувствовать, голос и жесты. Теперь остаётся один шаг до таланта менеджера. Ведь для него едва ли не главное - понимать людей и, пользуясь своим пониманием, управлять ими.

### 7 Музыканты **МЯГКОСЕРДЕЧНЫ И ОДНОВРЕМЕННО МУЖЕСТВЕННЫ**.

Как утверждают психологи, музыканты-мужчины чувственны, как дамы, а музыканты-женщины стойки и тверды духом, как мужчины. Музыка смягчает нравы, но, чтобы в ней преуспеть, надо быть мужественным.

➡ Внимание, прозорливые родители, ожидающие помощи и поддержки в старости! Дети, которые занимались музыкой, сочувственны и одновременно терпеливы, и потому чаще готовы подать своим престарелым родителям тот самый «стакан воды».

### 8 Занятия музыкой **ПРИУЧАЮТ «ВКЛЮЧАТЬСЯ ПО КОМАНДЕ»**.

Музыканты меньше боятся страшного слова deadline - срок сдачи работы. В музыкальной школе нельзя перенести на завтра или на неделю вперёд зачёт по гаммам и классный концерт. Положение артиста на сцене приучает к максимальной готовности «по заказу», и ребёнок с таким опытом не завалит серьёзный экзамен, интервью при приёме на работу и ответственный доклад.

➡ Внимание, беспокойные родители! Музыкальные занятия в детстве - это максимальная выдержка и артистизм на всю жизнь.

### 9 Музыкальные занятия **ВОСПИТЫВАЮТ МАЛЕНЬКИХ «ЦЕЗАРЕЙ»**, умеющих делать много дел сразу.

Музыка помогает ориентироваться в нескольких одновременных процессах: так, читающий с листа пианист, сразу делает несколько дел - помнит о прошлом, смотрит в будущее и контролирует настоящее. Музыка течёт в своём темпе, и читающий с листа не может прерваться, отдохнуть и перевести дух. Так же и авиадиспетчер, оператор ЭВМ или биржевой брокер следит за несколькими

экранами и одновременно слушает, и передаёт информацию по нескольким телефонам. Музыка приучает мыслить и жить в нескольких направлениях.

➡ Внимание, перегруженные и усталые родители! Ребёнку-музыканту будет легче, чем Вам бежать по нескольким жизненным дорожкам и везде приходить первым.

### 10 И, наконец, музыка - наилучший **ПУТЬ К ЖИЗНЕННОМУ УСПЕХУ**.

Почему? См. пункты 1-9. Немудрено, что музыкальным прошлым отмечены многие знаменитости:

✓ Агата Кристи свой первый рассказ написала о том, почему ей трудно играть на фортепиано на сцене;

✓ Кондолиза Райс, напротив, больше всего любит играть на публике в своём ослепительном концертном платье;

✓ Билл Клинтон уверен, что без саксофона никогда не стал бы президентом.

Посмотрите на успешных людей в любой области, спросите, не занимались ли они в детстве музыкой, хотя бы даже и недолго, хотя бы даже и без особого рвения? Конечно, занимались. И у нас есть 10 причин последовать их вдохновляющему примеру!

➡ Внимание, амбициозные родители будущих основателей бизнес-империй! Музыка ведёт от сердца к сердцу, и самое грозное оружие топ-менеджера – обезоруживающая улыбка «хорошего парня».

*Музыкальный руководитель: Беляева И.Я.*



### Значение утренней гимнастики в семье

Очень часто дети опаздывают на утреннюю гимнастику по вине родителей. Так как многие родители считают, что нет большой необходимости соблюдать режим дня дома и в детском саду! Попробуем вам доказать, что вы не правы.



Утренняя гимнастика должна

стать гигиенической потребностью каждого.

Решить эту проблему можно только общими усилиями детского сада и семьи.

Утренняя гимнастика в коллективе имеет много положительных сторон, и нередко ребёнок в детском саду охотно выполняет упражнения потому, что занимаются все дети. В семье ребёнку надо создавать такие условия, которые бы способствовали эмоциональной настроенности на обязательное выполнение утренней гимнастики.

Утренняя гимнастика - это ежедневная процедура, которая обязательно должна проводиться и в дни праздников, и в то время, когда ребёнок выезжает с родителями на отдых в одно и то же время, продолжительностью 5-10 минут.

Утренняя гимнастика должна проводиться *систематически*. Тогда ребёнок, приходя в детский сад после выходных или отпуска не будет испытывать боль в мышцах (плечевого пояса и рук, брюшного пресса, спины и ног). Систематически тренируя крупные группы мышц, мы активизируем обменные процессы, создаём благоприятные условия для питания всех клеток и тканей организма. Укрепляя мышцы брюшного

пресса, мы улучшаем процессы пищеварения. Разрабатывая мышцы спины, мы формируем правильную осанку. Это особенно важно в дошкольном возрасте, когда происходит формирование изгибов позвоночника, завершающееся в 11-13 лет.

Во время выполнения утренней гимнастики у ребёнка учащается дыхание, розовеет лицо, он может немного вспотеть. Всё это совершенно естественные признаки легкого возбуждения и утомления при активной мышечной деятельности. Наблюдая за ребёнком, родители могут отметить, что при небольшом утомлении во время физических упражнений настроение ребёнка останется спокойным, ровным, он бодр, жизнерадостен, у него хороший аппетит, сон.

Утреннюю гимнастику полезно проводить на свежем воздухе. Если она проводится в помещении, то во время выполнения движений необходимо обеспечить доступ свежего воздуха - это способствует лучшему снабжению организма кислородом.

Одежда для утренней гимнастики должна быть изготовлена из натуральных, лёгких материалов, на ногах - удобная обувь или носки. Можно заниматься и босиком.



Для утренней гимнастики подбираются упражнения, доступные

детям, соответствующие строению и функциям опорно-двигательного аппарата дошкольников.

Упражнения должны быть простыми, чтобы детям не пришлось затрачивать много усилий для их освоения. Если движение сложно для ребёнка, он не может хорошо его выполнить.

В детском саду новые упражнения разучиваются на физкультурных занятиях. В домашних условиях, перед тем как выполнять

зарядку в соответствующем темпе, упражнения надо разучить, то есть выполнять их медленно, обращая внимание на правильность движений. Можно спросить у воспитателей комплекс утренней гимнастики, который выполняют дети в детском саду. Если комплекс хорошо знаком ребёнку, то можно выполнять его под музыку.

Утренняя гимнастика начинается с ходьбы и бега. Затем выполняются упражнения для всех групп мышц.

Упражнения должны быть рассчитаны на разные группы мышц. Такие упражнения не утомительны, так как при их выполнении одни мышцы включаются в работу, а другие отдыхают.

Первая группа упражнений направлена на **укрепление мышц плечевого пояса и рук.**

**Эти упражнения:**

- способствуют выпрямлению позвоночника;
- укрепляют грудную клетку и всю дыхательную мускулатуру;
- формируют правильную осанку.

Чтобы дыхание было свободным, следует ребёнка приучать выпрямлять руки и поднимать их как можно выше.

Вторая группа упражнений предназначена для **повышения гибкости позвоночника и укрепления мышц спины.**

При выполнении этих упражнений нужно чётко соблюдать правильное исходное положение: если ребёнок сидит, выпрямив или скрестив ноги, то ноги должны быть зафиксированы (неподвижны). Взрослый обращает внимание детей на то, чтобы при выполнении упражнений (особенно наклонов) колени не сгибались.

Третья группа упражнений направлена на **укрепление мышц брюшного пресса, развитие мышц ног и свода стопы.** При выполнении этой группы

упражнений дети должны стараться держать спину прямо, во время приседаний отрывать

пятки от пола, хорошо сгибать колени.

В заключительную часть включается ходьба, бег и спокойная ходьба. Закончить утреннюю гимнастику следует обязательно ходьбой, чтоб восстановить все системы организма.

Самая главная задача родителей - добиться того, чтобы физические упражнения не превращались для ребёнка в рутинную работу, а проходили в виде интересной, увлекательной игры.



**Уважаемые родители!**

*Мы хотим, чтоб дети росли крепкими и здоровыми. Соблюдайте режим дня в детском саду и дома во благо наших с вами детей.*

*Инструктор по физической культуре  
Короткова Ю.В.*



**Уважаемые Родители!**

**Если Ваш ребенок:**

- испытывает трудности в обучении, развитии;
- имеет проблемы с памятью, мышлением, вниманием, речью, трудности в эмоционально-волевой сфере, поведении;
- имеет отклонения в физическом развитии (например, нарушение зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата), **ТО** эта информация может быть **ПОЛЕЗНОЙ** для Вас!

Несомненно, каждый родитель желает, чтобы его ребенок был успешен во всех сферах жизнедеятельности, в том числе и учебной, познавательной. Но, к сожалению, не все дети радуют нас отличными знаниями или хорошими отметками. Как помочь своему ребенку, если возникли проблемы, чтобы не упустить время и избежать неприятных последствий?



**Вашему ребенку необходима квалифицированная помощь специалистов (учителя-логопеда, учителя-дефектолога, педагога психолога)! Для того чтобы получить эту помощь нужно пройти ПМПК.**



### Подготовка к прохождению ПМПК

Подготовит детский сад:

- педагогическую характеристику на воспитанника;
- образцы рисунков в карандаше и другие результаты самостоятельной продуктивной деятельности ребенка(аппликации);
- выписку психолого-педагогического консилиума образовательного учреждения;
- педагогические заключения специалистов ДОУ.

Должны подготовить сами:

- **заявление-согласие** родителя (законного представителя) по форме (выдаст образовательная организация);
- **копию свидетельства о рождении ребенка;**
- **копию паспорта** родителя (законного представителя);
- **выписку** из медицинской карты по форме (выписка составляется участковым педиатром и заверяется подписью и печатью педиатра). Выписка из медицинской карты действительна до 6 месяцев;
- **заключения врачей: офтальмолога, оториноларинголога, невролога, педиатра** (обязательно для прохождения ПМПК всем детям);
- **заключения врача-ортопеда, врача-сурдолога, врача-психиатра** необходимо при наличии у ребенка нарушений опорно-двигательного аппарата, слуха или психиатрического заболевания.

Медицинские бланки установленного образца выдаются родителям детским садом **заранее!**

**ВАЖНО!** Вы имеете право пройти обследование у любого врача по соответствующему профилю, принести данные обследования Вашему участковому педиатру, который подпишет медицинское заключение. День обследования на ПМПК Вам **заранее** сообщат в ДОУ.



### Обследование ребенка на ПМПК

1. В назначенное время Вы должны прийти вместе с ребенком. При себе необходимо иметь бахилы или сменную обувь, родителю (законному представителю) - паспорт. Иные лица могут представлять интересы ребенка только при наличии нотариальной доверенности.

На момент обследования ребенок должен быть здоров. Плохое самочувствие может

сказаться на результатах. Обязательно сообщите о болезни ребенка и отмените Ваш визит на ПМПК в этот день.

2. Перед прохождением ПМПК создайте у ребенка позитивный настрой на обследование: настраивайте его на успех, на общение с педагогами.

3. В Вашем присутствии специалисты ПМПК будут общаться с ребенком (обследовать его). В процессе обследования Вам могут задать дополнительные, уточняющие вопросы. Во время обследования не подсказывайте ребенку, не отвлекайте его замечаниями и репликами. При необходимости помощь ребенку окажет специалист, проводящий обследование. Сохраняйте спокойствие. Помните, что Ваша тревога может передаваться ребенку!

4. На основании полученных результатов комиссия даст разъяснения и рекомендации по дальнейшему обучению, развитию и сопровождению ребенка. Внимательно их выслушайте (если нужно, запишите важную информацию). Задайте вопросы, уточните то, что непонятно. После обследования похвалите ребенка, даже если он отвечал не совсем так, как Вы ожидали.

**ВАЖНО!** Решение о признании Вашего ребенка «ребенком с ограниченными возможностями здоровья», о выборе специальных образовательных условий, в том числе варианта адаптированной образовательной программы принимается ПМПК всегда коллегиально и в интересах ребенка! На решение комиссии не влияет желание, просьба педагогического коллектива или родителей (и иных третьих лиц).

5. ПМПК может дополнительно рекомендовать:

- занятия с логопедом, психологом, дефектологом, сопровождение социальным педагогом (бесплатно);
- консультацию или наблюдение у невролога, ортопеда, эндокринолога или других узких специалистов.

**ВАЖНО!** Вся информация об обследовании Вашего ребенка конфиденциальна и не может быть разглашена третьим лицам.

### Выдача заключения ПМПК



Заключение комиссии носит для Вас **рекомендательный** характер и выдается (заверенная копия) исключительно родителям (по нотариальной доверенности - иным лицам) в течение **пяти рабочих дней и не позднее 1 месяца** со дня обследования. При получении заключения Вы сможете уточнить интересующие Вас вопросы.

**Рекомендации ПМПК обязательны для выполнения образовательным учреждением только после того, как Вы передадите заключение в детский сад. В иных случаях Ваш ребенок будет продолжать воспитываться и обучаться на общих основаниях!**

**Помните: У педагогов ДОУ и специалистов ПМПК одна задача-помочь Вашему ребенку!**

*Председатель психолого-педагогического консилиума (ППК) детского сада Фокина М.А.*



## Весна без авитаминоза



К сожалению, авитаминоз в весенний период у детей - явление не менее распространенное, чем у взрослых. Голову от подушки оторвать становится все тяжелее и тяжелее, да и сил не остается почти ни

на что. Для начала следует разобраться, что такое авитаминоз.

Авитаминоз-это отсутствие какого-то витамина. Но нужно иметь в виду, что помимо авитаминоза существует еще и такое понятие, как гиповитаминоз. Это значит, что определенного витамина недостаточно.

Детский организм интенсивно растет и витамины ему нужны постоянно. Недостаток витаминов, минералов и микроэлементов весьма негативно сказывается на развитии ребенка, а также на работе всех органов и систем его организма. Сложно предугадать, как обернется для вашего ребенка недостаток тех или иных витаминов в будущем.

**Уважаемые родители! Обратите внимание на признаки авитаминоза и гиповитаминоза у детей!**

1. **Повышенная утомляемость ребенка** Ребенок становится вялым, медлительным, быстро утомляется, все время норовит прилечь.

2. **Нарушение сна** Авитаминоз может дать о себе знать нарушениями сна: у одних детей может наблюдаться повышенная сонливость, у других-бессонница.

3. **Проблемы с деснами** Ещё, одним весьма достоверным признаком авитаминоза зачастую становятся кровоточащие десны.

4. **Простудные заболевания** К сожалению, очень часто болезненность ребенка списывают на ослабленный иммунитет. Но никто не связывает эти два понятия-авитаминоз и

ослабленный иммунитет-между собой. И очень зря, ведь именно недостаток витамина С и приводит к снижению работы иммунной системы.

6. **Малый вес и рост ребенка** Конечно же, природные и наследственные факторы играют огромную роль. Но в том случае, если ваш ребенок чрезмерно медленно набирает вес или растет, обязательно задумайтесь-а нет ли у крохи авитаминоза?

7. **Общий упадок сил**

*И помните о том, что в весеннее время проблема авитаминоза стоит особенно остро. Поэтому и проявления могут развиваться крайне быстро. Позаботьтесь о профилактике авитаминоза своевременно.*

**Как предупредить весенний авитаминоз:**

1. **Витаминно-минеральные комплексы** Но при приеме витаминов, помните, что передозировка витаминов не менее опасна для детского организма, чем его нехватка. *Все витаминно-минеральные комплексы ребенку должен назначать его лечащий врач-педиатр, который осведомлен о состоянии здоровья ребенка и его индивидуальных особенностях организма.*

*Молочные продукты должны составлять не менее 40% всего рациона питания ребенка. Причем актуальны все молочные продукты-молоко, кефир, ряженка, сметана, йогурты. В молоке содержится большое количество кальция, который способствует усвоению всех остальных витаминов.*

Также необходимо следить за тем, чтобы в рационе питания ребенка было *достаточное количество животного белка.* Он просто необходим для полноценного развития ребенка и функционирования его организма.

Часто, опасаясь развития у ребенка авитаминоза, родители покупают ему как можно больше различных овощей и фруктов. Ко

нечно же, это весьма похвально. Но, уважаемые родители, к весеннему периоду в привозных фруктах и овощах практически не остается никаких витаминов.

И вот тут самое-то время вспомнить о том, что нам может предложить природа. Зачастую народные способы того, как предупредить весенний авитаминоз у детей, гораздо эффективнее, чем импортные фрукты и самые дорогие поливитаминные комплексы.

2. Это и *всевозможные сухофрукты*. Все сухофрукты очень богаты такими витаминами, как витамин А и витамины группы В. Да и минеральных элементов также достаточно много-это и натрий, и фосфор, и магний, и кальций, и железо. Сухофрукты достаточно сладкие, поэтому их любят практически все дети без исключения.

Практически бесценными источниками йода для ребенка могут стать *морская капуста* и сырая *свекла*. Конечно же, эти продукты имеют весьма своеобразный вкус, и заставить съесть маленького ребенка подобный салат может оказаться задачей сложной.

Не стоит забывать и про *шиповник*. В народе его называют «кладезью» витаминов. Конечно же, в весеннее время свежий шиповник не найти, но практически в любой аптеке можно купить сухие плоды. Вы можете заваривать шиповник как чай, а можете варить из него отвары – и ваш ребенок наверняка получит все необходимые ему витамины.

2. *Правильный рацион питания* Очень важно правильно сбалансировать рацион питания ребенка. Весной он должен быть обогащен продуктами, которые в большом количестве содержат витамины и микроэлементы, так необходимые малышу.

3. *Прогулки на свежем воздухе* Свежий воздух укрепит иммунитет, а весенние солнечные лучи способствуют *выработке витамина D*. Активные игры на улице помогут витаминам и минералам лучше усвоиться и

поднимут настроение малыша, ведь наблюдать за весенними изменениями вокруг так интересно для маленького исследователя.

4. *Режим дня* Запомните, режим дня-очень важный фактор в состоянии его здоровья. Мало того, что нужно ложиться и вставать в одно и то же время, так еще и днем нужно спать минимум час. Только так организм будет в состоянии восстановить силы.

5. *Спорт* Занятия спортом и активный образ жизни полезен любому человеку, что уж говорить о растущем организме. С маленькими можно заниматься самостоятельно: делать гимнастику, устраивать пробежки на улице, много времени гулять на свежем воздухе. А детки постарше могут записаться в спортивную секцию.

6. *Солнце* Солнечные ванны также являются отличной профилактикой авитаминоза у детей, поскольку способствуют выработке витамина D и эндорфинов, которые дарят прекрасное настроение.

Теперь подведем итоги: побольше прогулок на свежем воздухе, правильное сбалансированное питание, питьевой режим и полноценный сон-вот залог успеха в предупреждении авитаминоза. И тогда ваш ребенок будет здоров и весел в любую погоду, в любое время года!





## Наши именинники

### АПРЕЛЬ

Пономаренко Нина

Рыбак Дима

Штраух Варвара

Пахорукова Кира

Холодова Милана

Бабич Лиза

Высоцкая Майя

Фоминская Вероника

Вальков А.Е.

Завалина А.Ф.

Призба А.А.

Щеглова А.С.

### МАРТ

Булах Софья

Бахова А.И.

### МАЙ

Скрипоченко Маша

Хворов Георгий

Токмашева Катя

Зайцев Иван

Акматов Емельян

Шишминцева Виолетта

Мингалеев Егор

Белых Ника

Горбунова Аня

Гранкина С.В.

Дахновский О.Г.

Сомов Р.М.

Фокина М.А.





***Уважаемые родители!***

Если у Вас есть интересные и веселые высказывания из жизни ребенка, и Вы желаете ими поделиться, просим обращаться к воспитателям групп. Они с удовольствием передадут данную информацию в редакцию газеты.

*Будем очень рады сотрудничеству.*

**Дополнительная информация**

Наша газета выпускается 1 раз в квартал.  
Следующий номер газеты выйдет в июне 2022 г.

Редакция надеется на Ваши отзывы,  
предложения и пожелания.

<https://selivanikhasad24.ru>