



9 ВЫПУСК

**ДЕТСКО-ВЗРОСЛЫЙ  
НЕНАУЧНЫЙ, НО ПОПУЛЯРНЫЙ СРЕДИ СВОИХ  
ЖУРНАЛ**



**СЧАСТЛИВОЕ ДЕТСТВО ЖИВЁТ ЗДЕСЬ!**

САРАТОВ  
2024





## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, КОЛЛЕГИ, ЧИТАТЕЛИ, ПАРТНЕРЫ!

Предлагаем вам наш новый проект - детско-взрослый ненаучный, но популярный среди своих журнал «D0044».

Жизнь нашего центра развития насыщена множеством интересных, важных событий, пропустить которые нельзя. Важно остановиться, осмыслить, где-то вдохновиться, порадоваться. Ведь это наша жизнь, история роста и развития детей, их проб и ошибок, достижений в разных направлениях.

Самое важное для нас создать условия для раскрытия потенциала каждого ребенка, обеспечения социально-эмоционального развития через активное участие в событиях, взаимодействие со сверстниками и взрослыми, преодоление трудностей и достижение целей.

Вы можете стать соавторами данного продукта. Свои заметки и предложения можно прислать на электронную почту [mdou44sar@mail.ru](mailto:mdou44sar@mail.ru) с пометкой «D0044».

Все мы родом из Детства, так пусть оно будет ярким, гармоничным, счастливым, запоминающимся.

Борисенкова Ольга Николаевна  
заведующий МБДОУ «ЦРР – детский сад  
№ 44» Заводского района г. Саратова

Редактор журнала:  
Спицына М. Д.

Составители декабрьского номера:

Беляева А.С.

Борисенкова О.Н.

Давыдова М.А.

Егорова М.И.

Лысакова Л.А.

Мещерякова Е.Е.

Родина Н.А.

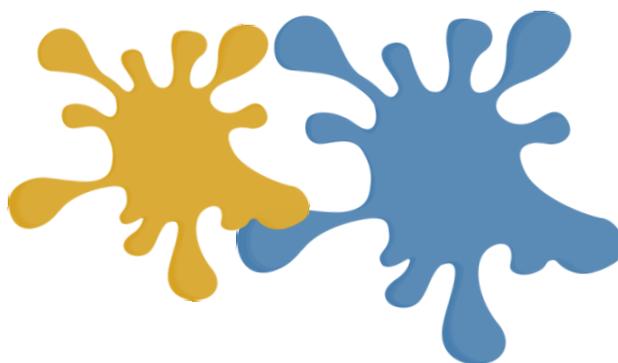
Самохина П.В.

Шаталина Е.И.



## НАШИ РУБРИКИ

ПРАВИЛА ДЕТСКОГО САДА.....	4
ВСЕ НА ЛЫЖИ!.....	6
ГАРМОНИЧНОЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ДОШКОЛЬНИКА .....	9
ЦЕНТР ДЕТСКИХ ИНИЦИАТИВ .....	11
ПАМЯТКА ПО ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ.....	14
ДЕТИ И ГЛИНА .....	15
УВЛАЖНИТЕЛИ ВОЗДУХА В ДЕТСКОМ САДУ .....	18
СОЛЬ.....	20
УМНЫЕ ИГРЫ В ДОБРЫХ СКАЗКАХ.....	23



## ПРАВИЛА ДЕТСКОГО САДА



В МБДОУ «ЦРР детский сад № 44» действуют несколько простых правил, которые помогают наладить взаимопонимание и избежать конфликтов. Мы надеемся на вашу поддержку и стремление к положительным результатам.

Детский сад работает с 07:00 до 19:00, пять дней в неделю, выходные – суббота и воскресенье. В государственные праздники, установленные правительством РФ, учреждение закрыто.

Ребёнка следует приводить до 08:00 утра. Табель посещаемости и меню заполняются до 09:00, это значит, питание на ребенка в день опоздания не выдается.

Договор об образовании между детским садом и родителями определяет права и обязанности обеих сторон. Согласно договору, родители обязаны:

Соблюдать устав учреждения, правила внутреннего распорядка и другие нормативные акты, а также уважительно относиться ко всем сотрудникам детского сада и другим детям.

Обеспечивать своевременное посещение ребёнком детского сада, приходить до 08:00, при опоздании оперативно сообщать педагогу о времени и его причинах.

Соблюдение режима дня играет ключевую роль в эмоциональном комфорте вашего ребёнка. Если ребёнок ежедневно ложится спать в одно и то же время (например, с 21:00 до 21:30), он сможет легко просыпаться около 7 утра. Спокойный подъём, неторопливые утренние сборы и позитивная атмосфера создадут хорошее настроение на весь день. Эмоциональное благополучие каждого ребёнка – наша общая забота.

Вот почему так важно приходить вовремя:

Эмоциональный настрой. Ребёнку требуется время, чтобы плавно войти в новый день, поделиться новостями и эмоциями с друзьями и воспитателями. Это помогает развивать коммуникативные навыки и учиться слушать других. Некоторым детям нужно немного больше времени, чтобы привыкнуть к новой обстановке после разлуки с родителями.

Индивидуальные игры и занятия. Утро – идеальное время для индивидуальной работы воспитателей с детьми. Ребёнок может

выбрать любимую игру, развить фантазию и воображение, а воспитатели смогут уделить внимание каждому ребёнку, помогая им развиваться.

Планирование дня. Утренний период важен для распределения обязанностей среди детей, таких как помощь в столовой или на занятиях. Некоторые дети очень ценят такую возможность, но её могут упустить, если они опоздают. Это учит их ответственности, работе в команде и завершению начатых дел.

Подготовка к занятиям. Утром дети готовятся к предстоящей образовательной деятельности. Они обсуждают с воспитателем план на день и участвуют в подготовке необходимых материалов.

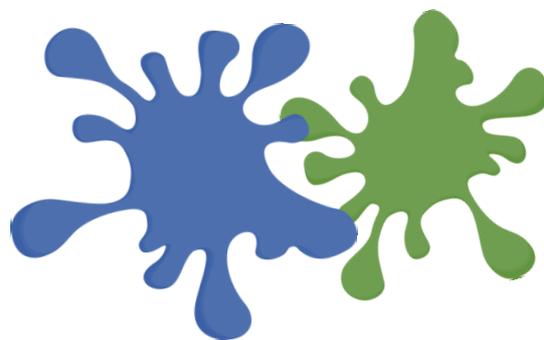
Утром в детских группах, начиная с четырёх лет (средних групп), проводится утренний круг. Дети сидят в кругу и передают друг другу игрушку-говорушку, рассказывая о значимых событиях из своей жизни (новостях, впечатлениях от дороги и т.п.). Таким образом, каждый участник получает опыт публичных выступлений, развивает речевую активность и уверенность в себе. Этот навык поможет детям преодолеть страх перед выступлениями и успешно отвечать у доски в школе.

Кроме того, на утреннем круге планируется работа на неделю или на конкретный день.

Если вы всё-таки опаздываете, обязательно предупредите воспитателя или медика по телефону. Кормите ребёнка завтраком дома, поскольку после завершения завтрака в группе питание не предоставляется (посуда моется, а остатки еды утилизируются).

Если вы приводите ребёнка после начала какого-либо режимного момента, пожалуйста, разденьте его сами и дождитесь следующего перерыва в приёмной комнате.

Опаздывая, вы можете рассчитывать на встречу, внимание и обмен информацией о состоянии ребёнка, однако это невозможно, так как в это время воспитатель занят организацией приёма пищи, подготовкой к занятиям или их проведением. Важно помнить, что уважение к воспитателям и другим детям является одним из ключевых качеств, формируемых у ребёнка в дошкольном возрасте. Мы являемся примером для детей во всём: в поведении, речи, деятельности и общении.



## ВСЕ НА ЛЫЖИ!



Две курносые подружки  
Не отстанут друг от дружки  
Обе по снегу бегут  
Обе песенки поют  
Обе ленты на снегу  
Оставляют на бегу.



Лыжный спорт является одним из наиболее популярных, привлекательных и доступных видов физической активности. Чистый морозный воздух укрепляет здоровье, заряжает энергией, улучшает работоспособность и выносливость. Во время передвижения на лыжах задействованы практически все мышцы организма, улучшается дыхательная система и кровообращение. Природа вокруг создает позитивное настроение и благотворно воздействует на нервную систему. Регулярные прогулки на лыжах способствуют укреплению стоп у детей, помогают предотвратить развитие плоскостопия. Лыжный спорт также развивает координацию движений и пространственное восприятие. Постоянные тренировки на свежем воздухе снижают риск возникновения простудных заболеваний.

В процессе лыжных прогулок дети выполняют различные упражнения: спускаются с горы, делают повороты, поднимаются разными способами. Эти занятия развивают у них такие качества, как смелость, решительность, умение справляться с трудностями, формируют терпение и чувство товарищества.

Специалисты советуют начинать заниматься лыжами с 5-6 лет. Сначала малыши учатся просто стоять на лыжах, нагрузки на этом этапе минимальны – всего несколько часов в неделю.



Длина лыж должна соответствовать росту ребенка плюс 10-15 сантиметров. Лучше отдать предпочтение полупластиковым универсальным моделям. Насечки на поверхности лыж помогут избежать отката назад. Крепления должны быть надежными, крепкими и достаточно жесткими, чтобы

обеспечить устойчивость. Жесткие крепления требуют использования специальных лыжных ботинок.

Палка должна доставать до подмышек ребенка. Она должна быть легкой, удобной для захвата, иметь ремешки, чтобы ребенок не потерял ее во время движения. Наконечник палки не должен быть острым, а опорный элемент – надежным и достаточно крупным.

Несколько советов:

Никогда не покупайте детям ботинки и лыжи «на вырост». Экономия денег может легко превратить ваш отдых в сплошное мучение или даже привести к травмам.

Подбирать лыжи и ботинки нужно, учитывая рост, вес и размер ноги ребенка на момент покупки.

Правильно подобранные лыжи, лыжные палки в сочетании с хорошей погодой и хорошей лыжней могут подарить немало радости и вам, и вашим детям.

Стандартная лыжная экипировка ребёнка должна состоять из трёх слоёв одежды для верхней части тела и из двух –



для нижней:

– Первый (базовый) слой. Термобельё из тонкой шерсти мериносо, полиэстера или других синтетических материалов. Оно хорошо отводит влагу и сохраняет кожу ребёнка сухой. Дополнительно понадобятся термоноски.

– Второй (утепляющий) слой. Поверх базового слоя наденьте на ребёнка флисовую толстовку или шерстяной свитер.

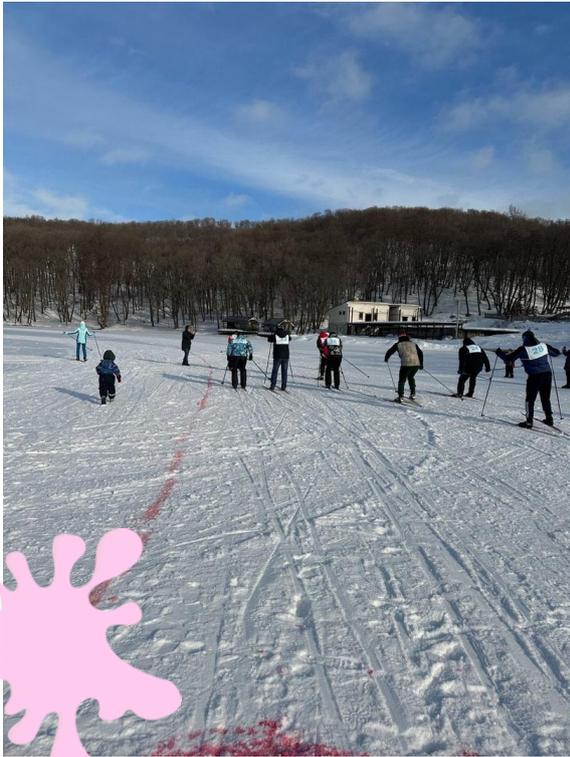
– Третий (защитный) слой. Включает лыжную куртку и штаны. Важно, чтобы они были непромокаемыми и защищали от ветра.

Обязательно дополнительные аксессуары: шапка, перчатки или варежки. При выборе экипировки стоит ориентироваться на погоду и регулировать количество слоёв.

Несколько упражнений, которые подойдут для начального обучения детей:

– «Заборчик». Лыжный ход приставным шагом.





– «Плуг». Ребёнок ставит ноги по форме плуга, расставив носки в 10 см друг от друга, и наклоняется в левую и правую сторону, перенося вес на внешнюю сторону лыжи. В будущем это упражнение поможет легче освоить технику поворотов.

– «Буксир». Взрослый едет впереди, а малыш катится сзади, держась за верёвку. Следуя по следам, ребёнок начинает повторять за взрослым движения и осваивает навыки скольжения, поворота и торможения.

– «Самокат». Упражнение для ребёнка, который уже понял азы

техники передвижения на лыжах. Заключается в катании на лыжах на одной ноге и тренирует координацию.

– «Коньки». Ребёнок выполняет скользящие движения на лыжах, меняя ноги и убрав руки за спину. Особое внимание нужно уделить тому, что во время лыжного шага ноги сзади не должны сгибаться.

Можно начать с простых движений, которые зависят от возраста ребёнка:

– 3–4 года. В этом возрасте достаточно самых простых движений по снегу: удержание равновесия и катание с небольшой горки.

– 5–6 лет. Элементы можно усложнить, например, освоить спуск и подъём на горку чуть выше.

– 7–8 лет. В этом возрасте у детей хорошо развиты координация и сила, поэтому их можно обучить поворотам, торможению и другим более сложным техникам.

При обучении катанию на лыжах важно выбирать невысокие склоны и использовать игровые формы обучения.

Помогите своим детям встать на правильную лыжню!

Лыжи в ЦРР

<https://clck.ru/3FuZVq>



## ГАРМОНИЧНОЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ДОШКОЛЬНИКА

Мы нередко подчеркиваем важность развития мелкой моторики, речи и логического мышления у маленьких детей. Однако сегодня хотелось бы акцентировать внимание на одной из важнейших сторон музыкального воспитания – формировании чувства ритма.



Ритм является основой любой музыкальной композиции. Без него невозможно создать ни одно музыкальное произведение. Развитие чувства ритма позволяет ребёнку глубже воспринимать музыку, ощущая её настроение и темповые изменения.

– Координация движений. Чувство ритма способствует улучшению контроля за движениями ребёнка, повышает общую координацию и стимулирует физическую активность.

– Умение концентрироваться. Работа над ритмом требует внимательности и самодисциплины. Постоянные тренировки способствуют развитию концентрации и собранности у малыша.

– Эмоциональная выразительность. Ритмичные упражнения влияют на эмоциональный фон ребёнка, обучают его выражению эмоций посредством движения и звука.

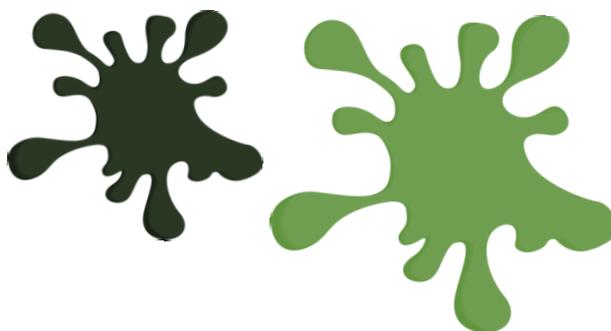
– Попробуйте хлопать в такт музыке. Это простое занятие, которым можно заниматься совместно с ребёнком. Важно, чтобы ваши хлопки совпадали с ритмом мелодии.

Ритмическое  
упражнение

<https://clck.ru/3FtFVt>



– Используйте музыкальные инструменты. Барабаны, бубны, кастаньеты – все эти инструменты помогут малышу почувствовать ритм и попробовать создать свою собственную мелодию.



Ритмическая игра с  
клавесами

<https://clck.ru/3FtFdi>



– Танцуйте вместе. Включите любимую песню вашего малыша и двигайтесь в такт музыке. Пусть ребенок сам придумывает движения и экспериментирует с ритмом.

Музыкальная  
разминка для детей

<https://clck.ru/3FtEgS>



– Игры с ритмом. Например, игра «Эхо». Один человек хлопает определенный ритм, а другой повторяет его. Можно усложнять задачу, добавляя новые элементы.

Ритмическое  
упражнение

<https://clck.ru/3FtExF>



их ещё глубже воспринимать и наслаждаться музыкой.

Развитие чувства ритма – это не просто обучение музыке. Оно играет ключевую роль в общем развитии ребёнка, воздействуя на его физическое, эмоциональное и умственное состояние. Давайте поддержим наших малышей в раскрытии их потенциала и научим

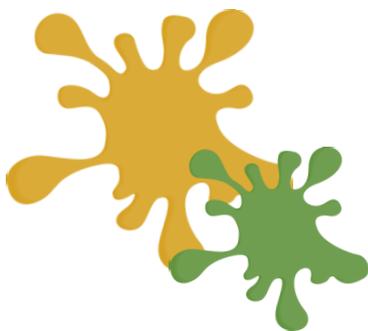
## ЦЕНТР ДЕТСКИХ ИНИЦИАТИВ

А как взрослые могут поддерживать детские идеи? Могут ли дети сами создать проект? И, по секрету, погрузить всё учреждение в скителстранку? Дети из группы «Белочка» могут!

**Неделя Хамелеон** – проект, родившийся из детского вопроса, зарядивший позитивом всех участников образовательных отношений.

Детская инициатива – это самостоятельное внутреннее побуждение ребенка к деятельности, к познанию окружающего мира.

Поддержка детской инициативы – это незначительное оказание помощи ребёнку, используя разные способы и средства в принятии решения заниматься той или иной деятельностью.



В образовательных целях реализации проекта мы, во-первых, консолидировали цветовую палитру, а во-вторых, закрепляли дни недели.

Другом детей стал хамелеон, который жил в группе на протяжении недели и являлся индикатором дней недели.

Почему **хамелеон**? Из-за его уникальной способности менять окраску и рисунок тела.



Дети самостоятельно определяют каким цветом будет каждый день недели. А затем в форме игры проходит настоящий праздник творчества и дружбы. У каждой игры есть правила.

## Правила Хамелеона

- Все приходят в одежде определённого цвета. Если таково цвета нет, можно использовать аксессуары.
- В образовательном пространстве используем предметы того цвета, который в приоритете.
- В группе появляется хамелеон, которого дети заполняют красками по дням недели.



Образовательный процесс видоизменился: на каждом занятии есть предмет цвета недели – черный магический пакет, розовые рисунки, желтые тряпочки, цветные салфетки, зеленые листы.

Если вам хочется включить всех родителей в жизнь группы, то этот тот самый стимул. Равнодушных не будет – ~~100~~100%

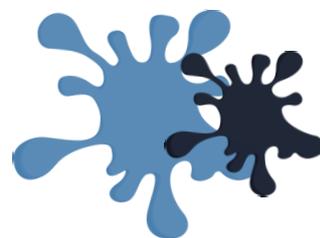
Для родителей это возможность лучше понимать идеи педагогов, принимать их и вместе реализовывать. Это поможет сплотить родительский коллектив.

Родители погрузились в настоящую скителстрянку! Проект вырос до уровня образовательной организации.

В преддверии праздника Нового года прошла Цветная неделя для всего ЦРР.

В проекте приняли участие 11 групп, все специалисты, дети и их родители. Каждый день рождались новые идеи, в группах проходили цветные занятия. Воспитатели готовили разные локации для фото. Родители вместе с детьми готовили образы и атрибуты, а некоторые поддерживали проект и приходили наравне с детьми в цвет дня.

Каждый день наши образы превращались в сказочных героев, фотографировались и снимали видео.



## Самые яркие моменты

	<a href="https://clck.ru/3FtLca">https://clck.ru/3FtLca</a>	Оранжевый ЦРР
	<a href="https://clck.ru/3FtLa3">https://clck.ru/3FtLa3</a>	Коричневый ЦРР
	<a href="https://clck.ru/3FtLYK">https://clck.ru/3FtLYK</a>	Розовый ЦРР
	<a href="https://clck.ru/3FtLX5">https://clck.ru/3FtLX5</a>	Белый ЦРР
	<a href="https://clck.ru/3FtLPX">https://clck.ru/3FtLPX</a> , <a href="https://clck.ru/3FtLUL">https://clck.ru/3FtLUL</a>	Радужный ЦРР

У детей и родителей появился азарт. Находясь вокруг одной общей цели, мы смогли:



- думать в одном направлении,
- уступать и аргументировать свою точку зрения, договариваться,
- выдвигать идеи и воплощать их в жизнь,
- приходить на помощь.

Именно так работает эффективное детско-взрослое сообщество. Искра есть!

## ПАМЯТКА ПО ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

С приближением праздников важно помнить о мерах пожарной безопасности, чтобы избежать неприятных ситуаций.

Памятка по  
соблюдению мер  
пожарной  
безопасности

<https://clck.ru/3FtiJ5>



Помните:

Огнеопасные украшения:

– Используйте только сертифицированные гирлянды и световые украшения.

– Проверяйте, чтобы электроприборы не имели повреждений и были исправны.

– Не перегружайте электрические сети.

Елка:

– Устанавливайте елку на устойчивой подставке, вдали от отопительных приборов и открытого огня.

– Если у вас искусственная елка, убедитесь, что она изготовлена из огнестойких материалов.

– Если вы используете живую елку, регулярно поливайте ее, чтобы она не пересыхала.

Свечи и фейерверки:

– Не оставляйте горящие свечи без присмотра. Используйте специальные подставки и держите их вдали от легковоспламеняющихся материалов.

– При использовании пиротехники соблюдайте инструкции на упаковке и не запускайте фейерверки вблизи жилых зданий.

Кухня:

– Не оставляйте готовящуюся еду без присмотра. Убедитесь, что на плите нет ничего легковоспламеняющегося.

– Держите под рукой огнетушитель или ведро с песком на случай пожара.

Безопасность детей:

– Объясните детям правила обращения с огнем и электрооборудованием.

– Следите за тем, чтобы дети не играли с пиротехникой и не приближались к горящим свечам.

Соблюдение этих простых правил поможет сделать праздники безопасными и приятными.

## ДЕТИ И ГЛИНА

Лепить можно из разных пластичных, экологически чистых материалов, которые приобретают в процессе лепки задуманную форму и сохраняют её хотя бы на некоторое время. Это глина, пластилин, тесто, снег, влажный песок, бумажная масса и т.д.



Пластилин и глина – универсальные материалы, которые дают возможность воплощать самые интересные и сложные замыслы. Техника лепки доступна детям дошкольного возраста во всём богатстве и разнообразии способов. Лепка обогащает ребёнка не только в художественном и творческом плане. Занятия лепкой влияют на его общее развитие:

- повышают сенсорную чувствительность;
- развивают общую ручную умелость, мелкую моторику, пространственное мышление и воображение;
- формируют умение планировать работу по реализации замысла, предвидеть результат и достигать его, при необходимости вносить коррективы в первоначальный замысел.

Лепка из глины – это процесс создания различных форм, фигур и предметов из мягкой и податливой массы. Существует несколько видов глины, которые можно использовать для лепки. Каждый из них имеет свои уникальные свойства и предназначен для различных техник. Вот некоторые из наиболее популярных:

- Полимерная глина: часто используется для создания мелких изделий и игрушек. Она становится мягкой при нагревании и затвердевает после охлаждения.
- Керамическая глина: подходит для создания более крупных и долговечных изделий. Её обычно обжигают в печи для достижения прочности.
- Натуральная глина: отличается доступностью и безопасностью.

Лепка из глины обладает множеством положительных аспектов для развития детей:

- развитие мелкой моторики, творческих способностей;
- социальная интеграция;
- проявление чувств;
- терапия.



Несколько советов, как начать лепить с детьми дома.

- Подготовка рабочего места:

Прежде всего, важно создать комфортное рабочее пространство. Используйте защитный ковер или старую газету, чтобы избежать загрязнения пространства.

- Необходимые материалы:

- глина (полимерная, керамическая или натуральная);
- инструменты для лепки (лопатки, ножи, стек, стеки);
- оборудование для обжига (если используете керамическую глину);
- краски и лак для покрытия готовых изделий;
- вода и губки для очищения рук и инструментов.

Но не стоит ограничиваться только глиной. Добавление различных текстур, красок и даже природных материалов, таких как листья и веточки, может сделать процесс еще более привлекательным. Дети могут экспериментировать с формами и текстурами, что расширяет их творческие границы.

- Общая установка.

Продумайте, какие вопросы можно поставить перед ребёнком. Это поможет сосредоточиться на конкретных аспектах работы, будь то развитие моторики, творчества или социальных навыков. Например, можно предложить сделать определённую фигурку или украсить уже готовое изделие. Позвольте пробовать новые идеи и подходы. Не бойтесь ошибок – это естественная часть процесса.

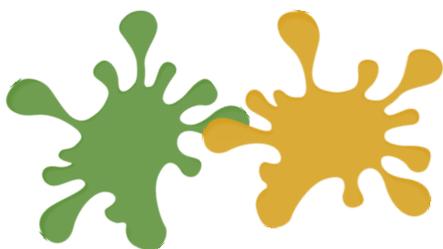
Хвалите ребёнка за усилия и оригинальность, даже если конечный результат в вашем понимании не идеален.

– Завершение работы.

Полезно обсудить результат. Попросите его поделиться ощущениями, эмоциями и рассказать о том, что он хотел выразить через свою работу. Это поможет укрепить связь между вами и ребёнком, улучшая его навыки общения и понимания собственного внутреннего мира.



Лепка из глины – это мощный инструмент для развития детей. Она помогает развивать моторику, креативность, эмоциональный интеллект и социальные навыки. Важно помнить, что каждый ребенок уникален, и подход к нему должен быть индивидуальным. На самом деле, в процессе лепки открываются удивительные возможности для самовыражения и творчества. Не упускайте шанс подарить детям этот уникальный опыт, который они запомнят на всю жизнь. Ведь это так просто и доступно – всё, что нужно, это немного глины и ваше воображение.



## УВЛАЖНИТЕЛИ ВОЗДУХА В ДЕТСКОМ САДУ

Для поддержания в здоровом состоянии организма ребенка, одной из самых важных составляющих, является состояние влажности воздуха в помещении, где он находится. В холодный период, любая отопительная система очень сильно высушивает воздух.

Использование увлажнителей воздуха помогает предотвратить множество проблем, связанных с дыхательной системой детей. Это особенно важно для малышей, которым необходимо обеспечивать нормальное функционирование носовых проходов и бронхов. В зимний период, когда отопление сушит воздух в помещениях, увлажнители становятся особенно актуальными.

В результате пересыхают слизистые оболочки детей. Именно сухой воздух является основной причиной роста аденоидов, а также развития хронических болезней. Следует знать об эпидемиологической особенности респираторных вирусов. Они очень активны в сухом, теплом и неподвижном воздухе и моментально погибают при наличии прохладного, влажного и постоянно движущегося воздуха. Такое влажное движение потоков с требуемой влажностью, можно создать только благодаря увлажнителю воздуха.



Использование увлажнителей воздуха в детских садах помогает создать комфортные и здоровые условия. Малыши лучше спят, быстрее восстанавливаются после болезней, активнее участвуют в играх и учебных занятиях. Педагоги также отмечают, что при наличии увлажнителя воздуха дети меньше капризничают и лучше сосредотачиваются на заданиях. Устройство способствует созданию благоприятного микроклимата, который поддерживает физическое и эмоциональное благополучие детей, улучшая общую атмосферу в группе.

### Преимущества:

- Улучшение качества воздуха. Поддержание уровня влажности от 40% до 60% уменьшает концентрацию аллергенов и загрязнителей.
- Снижение риска заболеваний. Увлажнители предотвращают раздражение дыхательных путей, сухость кожи и аллергические реакции, укрепляя иммунную систему детей.
- Повышение комфорта детей. Комфортные условия способствуют улучшению концентрации и активности детей.

Учитывая все эти доводы, в каждую группу учреждения закуплены увлажнители воздуха. Устройства работают. Эффекты на лицо.

Увлажнитель – это конструкция, требующая определенного обслуживания, и это недешевое устройство. Поэтому приводим советы: как увлажнить воздух в комнате без увлажнителя. Стоит попробовать следующие методы:

- Поместить в комнату посуду, наполненную водой;
- Расставить в помещении фонтанчики для декора или аквариумы;
- Расположить намоченную ткань на отопительном приборе;
- Выращивайте комнатные растения;
- Регулярно проводите влажную уборку;
- Проветривайте все комнаты, несколько раз в день.



ПРОВЕТРИВАНИЕ



МОКРЫЕ ПОЛОТЕНЦА



КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ



ТАЗ С ВОДОЙ



ФОНТАН



АКВАРИУМ



Будьте здоровы!

## СОЛЬ

Что вы знаете о процедурах закаливания с использованием нетрадиционного физкультурного оборудования с солевыми наполнителями?



Закаливание - одно из важнейших слагаемых здорового образа жизни. Оно благоприятно действует на весь организм: повышает тонус нервной системы, улучшает кровообращение и обмен веществ.

Но, поскольку современная жизнь все больше удаляет человека от природных факторов, то необходимым является использование природных материалов в работе с дошкольниками. Одним из таких материалов с широкими возможностями использования, является соль. Она содержит около 100 минералов, это почти вся таблица Менделеева (калий, бром, йод, железо, селен и т.д.). Научно доказано, что кристаллы соли своим воздействием способны ликвидировать болезнетворные микробы, а также делать организм ребенка менее восприимчивым к различным заболеваниям. Соль оказывает благотворное влияние при непосредственном контакте с кожей рук: кристаллы соли массируют ее, происходит дополнительное раздражение нервных окончаний, улучшается кровоток в мышцах, а значит, более успешно развивается мелкая моторика.

Комплекс мероприятий и игр с солью включает в себя:

- процедуры закаливания с использованием нетрадиционного физкультурного оборудования с солевыми наполнителями – ходьба по солевым дорожкам,
- пальчиковая гимнастика и игры с солью, направленные на развитие мелкой моторики,
- творческая деятельность детей с использованием соли (рисование солью, поделки из соли).

Комплекс таких игр и упражнений направлен на укрепление мышечного тонуса руки с помощью механического воздействия кристаллов соли, подготовку руки к письму, профилактику заболеваний органов дыхания, развитие воображения, внимания,

усидчивости. Для работы используется следующее оборудование: сухая соль, пластиковые контейнеры с крышкой, бумажные салфетки, различные мелкие предметы (пуговицы, ракушки, крышки от пластиковых бутылок и т.д.).



#### Пальчиковые упражнения с солью:

«Паучок» – погружение в соль только подушечек пальцев, сопровождается стихотворением: «Сидит на ветке паучок, расставил лапки – и молчок»;

«Солим суп» – захватить соль щепотью и медленно просыпать сквозь пальцы: «Мы сегодня повара, суп солить давно пора»;

«Хлопки» – похлопывать ладонями о соль: «Хлопайте ладошки соляные крошки, крепко прижимайте, быстро убегайте»;

«Цыплята» – пальцы обеих рук соединены щепотью и постукивают о соляную поверхность: «Травку дружно мы клюем, червячка сейчас найдем»

«Ловим рыбку» – в емкости с солью, дети отыскивают крупные пуговицы, ракушки, пробки от пластиковых бутылок и т.д.

Эффективным средством закаливания является хождение по солевым дорожкам. Солевой раствор раздражает хеморецепторы, вызывая расширение периферических сосудов стоп. Рефлекторно усиливается теплообразование, увеличивается прилив крови к нижним конечностям и стопам, длительное время сохраняется тепло. Механическое действие возникает в результате раздражения биологических точек на подошве.

Процедура состоит в следующем. Ребенок проходит босиком по фланелевому коврику, смоченному 10% раствором поваренной соли комнатной температуры (250 г. на 2,5 л. воды). Топчутся на коврике в течение 2х минут. Затем дети переходят на второй коврик, стирая соль с подошвы ног, а затем переходят на сухой коврик и вытирают ступни насухо.

Важным моментом при проведении закаливания является то, что стопа должна быть предварительно разогрета. Поэтому дети, сначала проходят по массажным коврикам. Коврики изготовлены из различного бросового и природного материалов. Такие упражнения нравятся всем детям.



После ходьбы по солевой дорожке мы проводим игровой массаж стоп: например «Будем с пальчиками играть, и сгибать и разгибать» - сгибание и разгибание пальцев ног руками поочередно. «Поругаем наши ножки, их пошлепаем немножко» – дети шлепают ладошками по ступням ног. «Поиграли наши ножки, поласкаем их немножко» - дети снова гладят ступни ног руками.



Таким образом, использование необычного сочетания упражнений, игр и опытов с солью – это несложный и доступный вид деятельности для ребенка, и одновременно очень интересный и увлекательный, несущий оздоровительный эффект как за счет целебных свойств самой соли, так и возможностей ее применения в рамках здоровьесберегающих технологий.



## УМНЫЕ ИГРЫ В ДОБРЫХ СКАЗКАХ

Программа С. В. Макушкиной «Умные игры в добрых сказках» базируется на технологии интеллектуально-творческого развития «Сказочные лабиринты игры» В. В. Воскобовича. Она эффективно используется при работе с детьми с особыми образовательными потребностями, обогащая образовательный процесс методами конструирования, моделирования и стимулирования мышления.

Каждый элемент сказки интегрируется в учебный процесс, способствуя решению педагогических задач. Герои сказок становятся активными участниками образовательного процесса, помогая детям преодолевать трудности и решать проблемы. Например, в сказке «Цветик-семицветик» акцент делается на эмоциональную эмпатию и социальную адаптацию, тогда как в «Мешке яблок» В. Сутеева происходит формирование начальных математических понятий.

Регулярные занятия с использованием сказочных сюжетов развивают у детей способность к самостоятельному творчеству. Они начинают создавать собственных персонажей и сочинять оригинальные истории, вовлекаясь в игровой процесс и одновременно совершенствуя речевые навыки.

При работе по программе «Умные игры в добрых сказках» достигаются следующие результаты:

- развитие образного мышления, ориентация на плоскости.
- освоение пространственных отношений (вверху, справа и т.д.).
- воспитание культуры поведения.
- формирование способности к сочувствию и оказанию помощи.
- закрепление математических навыков.
- стимулирование воображения, мышления.
- развитие речи, расширение словарного запаса.
- развитие конструкторских и творческих способностей ребенка через развивающие игры.



## ПРОДОЛЖИМ НАШ ПУТЬ



БУДЬТЕ В КУРСЕ НАШИХ НОВОСТЕЙ!

