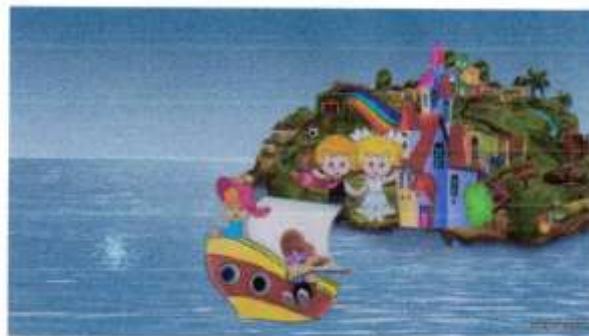


МБДОУ "Большетауринский
детский сад №1"

"Островок детства"



№ 5 май 2020 год
Выходит один раз в месяц

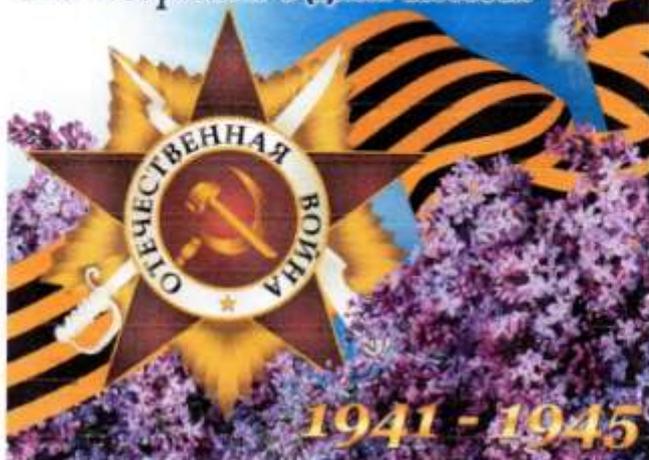
Познавательная газета для детей и их родителей

В этом выпуске:

"Мы помним - мы гордимся!!!" Праздник Великой победы.....	2
Лето. Здоровое питание.....	3
Безопасность ребёнка на дороге.....	4
Пожароопасная пора. Как защитить себя?.....	5
Развиваемся - играя.....	6



В этот чудесный майский день
Под мирным ясным небом,
Когда вокруг цветёт сирень,
Вас поздравляю с Днём Победы!



Пусть не будет в мире
войн,
Пусть не свистит над
головой
Безжалостный, глухой
снаряд,
Спокойным будет сон
ребят.

Пусть матери не знают
слез
За сыновей, что бой унес,
Родных чтоб не теряли вы.
С 9 Мая, с днем весны!

«Мы помним – мы гордимся!!!» Праздник Великой победы.

День Победы — праздник, который находит отклик в сердце каждого жителя нашей Родины. Почти у всех есть или были близкие, которые принимали участие в Великой Отечественной войне: мужчины отважно сражались с врагом на фронте, а старики, женщины и дети трудились в тылу: работали на фабриках и заводах, возводили оборонительные сооружения, шили обмундирование для солдат, собирали фронтовые посылки...

Благодаря самоотверженности этих людей мы сейчас живем под мирным небом, и мы в ответе перед ними, чтобы оно всегда оставалось таким. Мир хрупок, и мы не можем забывать уроки тех великих лет, историю героических подвигов, человеческих судеб.

Мы будем помнить и передавать из поколения в поколение. Ради памяти воинов, защищавших свою землю и своих любимых. Ради детей войны, пережившим лихолетье военной поры. Ради наших детей, которые сегодня начинают свою жизнь.

День Победы — светлый, но в то же время отзывающийся в душе болью праздник. Уж сколько лет прошло с той жестокой войны, но во многих сердцах остались воспоминания об испытаниях и утратах. И к сожалению, с каждым годом этих сердец становится меньше...

Так давайте низко поклонимся всем, кто защитил нашу землю от врага, и от всей души скажем им спасибо — за мир, за лучистую весну и голубое небо. Посмотрим вместе с детьми и близкими военный парад, посвятим погибшим Минуту молчания. Окажем внимание ветеранам не только речами и цветами, но и добрыми делами.



«Лето. Здоровое питание»

Питание ребенка летом имеет свои особенности. Эти особенности связаны, прежде всего, с повышенным расходом энергии детьми в летний период. Также свою лепту вносит повышенная температура окружающей среды и солнечная активность.

Белки, жиры и витамины составляют основу сбалансированного питания ребенка в летний период. Именно подобрав в рационе их правильное соотношение, можно надеяться на то, что ваш ребенок будет себя отлично чувствовать.

Витамины являются ключевым элементом питания детей в летний период. При всем их изобилии часто дети ощущают их нехватку внутри организма. Имеем парадокс, который можно достаточно легко объяснить. Повышенное потоотделение способствует усиленному выведению витаминов из организма. Также гиперактивный летний образ жизни ребенка способствует ускоренному метаболизму и существенно повышает норму витаминов. Так, например, витамин С может выводиться с потом в количестве 20-30 грамм в сутки, а это является примерно половиной потребности организма ребенка.

В этом вопросе питание ребенка летом просто как никогда. Вам необходимо просто кушать все, что растет рядом с вами. Вариантов приготовления может быть великое множество. Это могут быть фрукты, овощи и ягоды в свежем виде, это могут быть те же свежие продукты, но в виде разнообразнейших свежих салатов. Пользуются большой популярностью

соки-фреш, хотя оставшаяся мякоть содержит очень много неиспользованных полезных веществ. Отлично идут летом компоты и кисель из свежих фруктов и ягод, охлажденный зеленый чай.

Не секрет, что летом ребенка приходится буквально заставлять есть. Это связано с повышенной температурой и постоянным движением. Рекомендуем вам применить маленькую хитрость. Вы можете использовать приправы в качестве возбудителя аппетита. К сожалению большинство приправ детям нельзя, но базилик, петрушка, укроп, лук, чеснок и кинза помогут вам всегда. Достаточно положить немного приправ во вторые блюда, и аппетит вашего ребенка улучшится.

Питание ребенка летом должно содержать обильное питье. Ребенку просто необходимо восстанавливать водный баланс в организме.

Несколько слов хотелось бы уделить гигиене. Лето – это пора высоких температур, свежих фруктов, овощей и ягод. Обратите внимание ребенка на то, что все надо тщательно мыть в проточной воде. Также необходимо часто мыть руки и соблюдать другие правила личной гигиены. Свежие салаты необходимо резать непосредственно перед употреблением, не держать их долго в холодильнике. Эти нехитрые правила помогут вам предохраниться от кишечных инфекций, пищевых отравлений и разнообразных микробов, способных испортить такое прекрасное время года, как лето.

«Безопасность ребёнка на дороге»

Как только наступает лето, у детей появляется гораздо больше времени для активного отдыха. А родители должны обеспечить им возможность проводить время с пользой. И для многих вопрос покупки транспорта для передвижения ребенка оказывается очень актуальным. Что лучше подойдет для активных детей: ролики, самокат или велосипед? Для детей младшего возраста этот транспорт один из самых предпочтительных, так как не требует серьезных навыков в езде. К достоинствам самокатов относятся хорошая маневренность, легкость и компактность. Они удобны не только для детей, но и для родителей, которым понадобится выносить их из дома, доставлять до парка и т.д. Самокатом (особенно если это складывающиеся модели) относительно легко ехать на общественном транспорте, зайти в магазин, да и при хранении дома он занимает сравнительно немного места. Существует масса разновидностей моделей и в зависимости от возраста малыша (есть модели для двухгодовалых мальчиков и девочек) можно выбрать четырех-, трех- или двухколесный самокат. Обратите внимание на модели с регулируемой высотой руля в зависимости от роста ребенка, они прослужат вам не один сезон. В сравнении с роликами и велосипедом самокат наименее травматичный транспорт и процесс обучения катанию пройдет легко и просто. Если ребенок уже освоил навыки езды, можно приобрести модель с более крупными колесами, позволяющую увеличить скорость передвижения. Самокаты обычно предпочитают активные дети, которые обожают подвижные игры. Более надежные самокаты – изделия с металлическим каркасом и прорезиненными колесами. Велосипеды Модельный ряд такого транспорта рассчитан на самую разную возрастную категорию. Для самых



маленьких подойдут велосипеды с подставкой для ног, козырьком от солнца и вместительным багажником. Чем старше ребенок, тем сложнее транспорт: сокращается количество колес и усложняется способ передвижения. Благодаря езде на велосипеде дети получают возможность натренировать мышцы ног и адекватную возрасту физическую нагрузку. Главное в период осваивания велосипеда выбрать подходящее место для обучения. С помощью дополнительных колес можно свести риск получения травмы к минимуму. Ролики Чаще всего ролики выбирают дети старше 6 лет. В этом возрасте они уже осознанно готовы обучаться и их не пугает такое неудобство, как падение. Для детей младшего возраста ролики могут быть снабжены двумя рядами колес, для старшего – один ряд. И в том, и в другом случае модели оборудованы тормозом. Если родители хотят чтобы их чадо полноценно развивалось в физическом плане, то им обязательно нужно купить детские ролики. Катание на них способствует укреплению всех групп мышц и позволяет тренировать координацию движений. Многих родителей пугает повышенный риск травматизма, но с хорошей защитой и поддержкой во время обучения он сводится к минимуму. Зато в будущем социальный статус обладателя роликов резко повысится среди сверстников, так как умеющие на них кататься всегда будут «круче» всех остальных. Если дети еще слишком малы, чтобы становится на ролики или крутить педали, обратите внимание на беговелы – подобие велосипеда, но без педалей. На нем малыш сам регулирует скорость передвижения и всегда сможет затормозить перед возникшим препятствием.

(Текст и фото: сайт <http://www.namewoman.ru>)

«Пожароопасная пора. Как защитить себя?»

Пожары в лесу могут возникнуть в результате воздействия молнии или неосторожной деятельности человека. Такие пожары весьма опасны, а в сухую жаркую погоду они могут принимать масштабы стихийных бедствий.

Пожары бывают двух разновидностей: лесной (низовой или верховой) и торфяной. Низовой лесной пожар возникает, как правило, в лиственных лесах; скорость распространения огня невысокая, а высота пламени может достигать 2 м. Верховой лесной пожар типичен для хвойных лесов. Скорость распространения огня выше, чем при лесном низовом пожаре, а в ветреную погоду может быть очень высокой (25—30 км/ч). Торфяные пожары возникают на осушенных или естественных торфяных болотах. Они характеризуются длительным тлением торфа и возникновением сильного задымления воздуха. Торф — легковоспламеняющийся материал, поэтому такие пожары очень опасны.

По статистике, большинство лесных пожаров происходят по неосторожности человека. Для того чтобы предотвратить их возникновение, необходимо соблюдать несколько важных правил.

В пожароопасный период ни в коем случае не пользуйтесь открытым огнём в лесу!

К таким периодам относятся середина и конец весны (лесная почва покрыта сухими листьями и травой), а также всё лето и начало осени, когда стоит жаркая погода при отсутствии осадков более недели. Не разводите костёр в тех местах, где много сухой травы, в хвойных молодняках, на участках леса, не очищенных от порубочных остатков.

Если в данной местности введён особый противопожарный режим, категорически запрещается посещение лесов до его отмены.

Не берите с собой в лес легковоспламеняющиеся жидкости, а также пропитанные ими материалы. Не оставляйте в лесу никаких стеклянных осколков: при попадании солнечных лучей эти осколки могут сфокусировать их, что приведёт к возникновению пожара.

Что делать при пожаре в лесу

Если вы обнаружили в лесу пожар, немедленно сообщите об этом в службу спасения, в администрацию сельского округа или в лесничество. Запомните два номера, на которые следует звонить в случае лесного пожара: **01** и **112** (только для мобильных телефонов).

Если обнаруженный вами пожар ещё не набрал силу, примите меры по его тушению с помощью воды, земли, песка, веток лиственных деревьев, плотной одежды. Наиболее эффективный способ тушения лесного пожара — забрасывание кромки пожара землёй.

При тушении очага лесного пожара не отходите далеко от дорог и просек, поддерживайте связь с остальными участниками тушения пожара с помощью зрительных и звуковых сигналов.

Если огонь разгорелся слишком сильно и вы не в силах его остановить, срочно покиньте место происшествия.

При лесном низовом пожаре нужно двигаться перпендикулярно к направлению огня, по просекам, дорогам, берегам рек или полянам.

При лесном верховом пожаре передвигайтесь по лесу, пригнувшись к земле и прикрыв дыхательные пути влажной тряпкой.

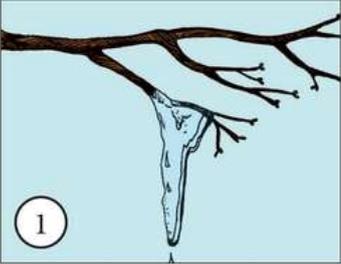
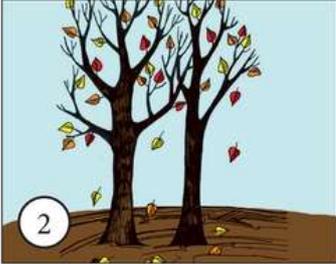
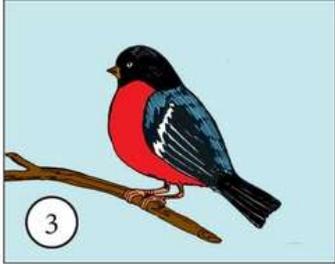
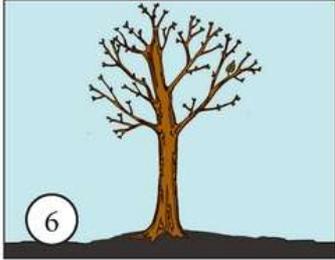
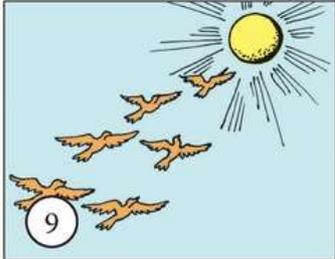
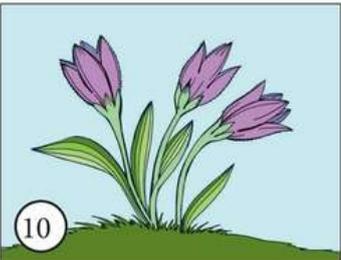
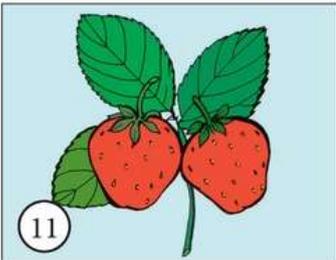
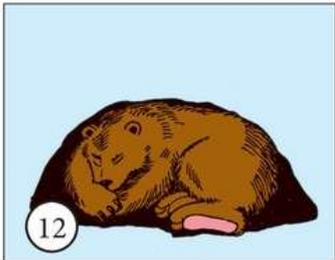
Если у вас нет никакой возможности выйти из опасной зоны, постарайтесь отыскать в лесу какой-нибудь водоём и войдите в него.

Иногда пожар может превратиться в настоящее стихийное бедствие, с которым не сразу удаётся справиться даже специальным службам. Если огонь начал подбираться к населённому пункту, необходимо принять коллективные меры по его тушению. Самая крайняя мера — немедленная эвакуация жителей этого населённого пункта. В этом случае вы должны беспрекословно слушаться работников спасательных служб. Не поддавайтесь панике и ждите оказания помощи. При невозможности забрать с собой личное имущество закопайте его в землю. Ждать помощи лучше всего на больших открытых пространствах или в специальных укрытиях.

Берегите себя и своих детей!!!

«Развиваемся - играя»

- Назови все времена года. Теперь ответь, сколько в году месяцев. Назови месяцы по порядку.
- Рассмотрни рисунки. Все ли времена года изобразил художник? Объедини картинки в группы по временам года. Запиши соответствующие номера картинок под названием времени года.
- Составь короткий рассказ к каждому рисунку.

 1	 2	 3	
 4	 5	 6	
 7	 8	 9	
 10	 11	 12	
ЗИМА	ВЕСНА	ЛЕТО	ОСЕНЬ