



ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 19
КИРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Официальная газета ГБДОУ детского сада № 19 Кировского района Санкт-Петербурга «Зелёный лист»



В сентябрьском выпуске Вас ждёт:

«Приятно познакомиться»	2
«До встречи, лето!»	2
«День дошкольного работника»	3
Для Вас, родители: «Адаптация в детском саду»	4
«Лучшие советы для здоровья»	5
Мастерская	7



Приятно познакомиться

Здравствуйтесь уважаемые читатели, газета «Зеленый лист» является официальной газетой нашего любимого детского сада № 19 Кировского района Санкт-Петербурга.

Администрация нашего садика:



**Заведующий:
Ракутина
Евгения
Викторовна**



**Заместитель
заведующего
по УВР:
Гавриляк
Зоя
Николаевна**



**Старший
воспитатель:
Ершова
Людмила Львовна**

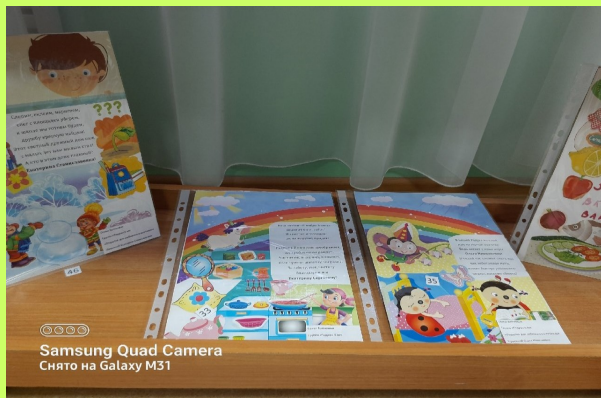
До встречи, лето!

Три месяца лета как миг пролетели!
И солнце светило и ветры шумели,
Порою- прохладно, а чаще –жара.
Теперь же нам с летом прощаться пора.



С началом 2022 - 2023 учебного года !

Наш учебный год начался легко и непринужденно. Воспитанники детского сада приняли участие в праздничных мероприятиях посвященных Дню знаний, посетили библиотеку. Гостеприимные библиотекари приготовили для деток праздник «День знаний». Так пролетела наша первая неделя сентября. Мы с удовольствием встретились с родителями на собраниях, где определили задачи на учебный год, выслушали пожелания, ответили на все интересующие вопросы и с большим удовольствием пообщались !



27 сентября—День дошкольного работника.

Дорогие наши коллеги! Пускай под крышей нашего любимого детского сада всегда царит добрая, светлая и хорошая атмосфера.

Пускай в стенах этого дома каждому будет уютно, тепло и спокойно.

Спасибо Вам за то, что благодаря нашей слаженной и четкой работе, нашим огромным, добрым сердцам, теплым и нежным рукам, мы все, вместе с нашими воспитанниками, чувствуем себя одной большой семьей.

Желаем каждому из Вас всегда чувствовать себя счастливым и всегда находить повод для улыбки. С праздником!

В связи с этим прекрасным праздником, в нашем саду прошел семейный конкурс на лучшую открытку для дошкольного работника. Родители со своими детьми изготовили много очень ярких и оригинальных открыток для сотрудников детского сада. Все получили много положительных эмоций!

Итоги конкурса мы опубликуем в октябрьском номере.

*Воспитатели группы «Радуга»:
Лопшина Екатерина Станиславовна, Турыгина Ольга Николаевна*



Родителям малышей.

Адаптация в детском саду: «Как помочь малышу и родителю?»

Ищем пути решения вопроса вместе.

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период. Адаптация — от лат. «приспособляю» — это сложный процесс приспособления организма, который проходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций ребёнка, расстройством сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальный период адаптации, который может затянуться и перейти в дезадаптацию, что приведёт к нарушению здоровья, поведения, психики ребёнка. Адаптивные возможности ребёнка раннего возраста ограничены, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Процесс привыкания ребёнка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма. Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим постепенный переход ребёнка из семьи в дошкольное учреждение.

Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: лёгкую, среднюю и тяжёлую. При лёгкой адаптации поведение ребёнка нормализуется в течении месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1 – 2 недели. Острых заболеваний не возникает. У ребёнка преобладает радостное или устойчиво-спокойное состояние; он активно контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро привыкает к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников). Во время адаптации средней тяже-

сти сон и аппетит восстанавливается через 20 – 30 дней, в течении месяца настроение может быть неустойчивым. Эмоциональное состояние ребёнка нестабильно, новый раздражитель способствует отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации. Тяжёлая адаптация приводит к длительным и тяжёлым заболеваниям. У ребёнка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия); активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик); либо отсутствует активность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, пассивное подчинение, подавленность, напряжённость).

В уголке для родителей висит листок режима дня ребёнка. Это ещё один важный пункт привыкания. Чтобы адаптация проходила благополучно, уже сейчас нужно приучать малыша к режиму дня, сходному в большей степени

Режим ДОУ:

Завтрак 8.00 – 08.30; обед 12.30 – 13.00;

сон с 13.00 до 15.00; полдник в 15.00-15.30.

Стараться максимально придерживаться этого режима. Чтобы ребёнок не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку, отучить от пустышки.

Воспитатели группы «Радуга»:

Лопшина Екатерина Станиславовна, Турыгина Ольга Николаевна



Укрепляем иммунитет осенью.

Осень – это начало периода простудных заболеваний. В осенне-зимний период люди со слабым иммунитетом легко поддаются ОРВИ. Иммунная система человека – это защита организма от различного рода вирусов и бактерий, но существует много факторов, которые снижают наш иммунитет, и это не только экология, это неправильный образ жизни, неправильное питание, стрессы и так далее. Взрослый человек редко задумывается о состоянии своего здоровья, т.к. ему некогда об этом думать. А вот укрепить иммунитет ребенка – это стремление каждого родителя. И, порой, в погоне за этим, родители совершают ошибки :



Ошибка 1.

Самостоятельный выбор иммуностимуляторов. Если ребенок часто болеет ОРВИ, то родители стараются дать ребёнку лекарственные препараты, которые повышают иммунитет. Об этих препаратах мы узнаем из рекламы. Все знают, что реклама – это мощный дви-

гатель торговли. Нет ни одного такого препарата, который бы Вы пили 1 раз в неделю и никогда не заболите гриппом.

Причиной частых простудных заболеваний лежит в хронических болезнях, в чем должен помочь разобравшись опытный специалист. Только зная причину Ваших частых заболеваний, врач будет принимать решение о приеме иммуностимулирующих препаратов.

Ошибка 2.

Прием комплекса витаминов и минералов. Наш стереотип таков – в межсезонье человеку всегда не хватает витаминов, поэтому болееешь. И в этот период все считают, что нужно в обязательном порядке принимать витамины. Это не так. Для того, чтобы понять хватает организму витаминов или нет, нужно провести анализ крови. Никто не задумывается о том, что повышенное содержание витаминов может навредить здоровью. Переизбыток некоторых элементов в организме провоцирует развитие различных заболеваний.

Ошибка 3.

Употребление большого количества овощей и фруктов. Опять же возвращаемся к выражению «Чем больше, тем лучше». Все употреблять нужно в меру. Не стоит также забывать тот факт, что за зиму овощи теряют часть своих полезных веществ. Овощи, конечно же, употреблять надо, ведь это и грубое волокно, и клетчатка, и витамины. В

этом период хорошо ввести в свой рацион свежую зелень.

Будьте здоровы и счастливы, питайтесь правильно, сбалансировано, старайтесь готовить самостоятельно дома, наполняя еду любовью и радостью, в любой сезон—это лучшая приправа к любому блюду.

Не забывайте про спорт и прогулки на свежем воздухе .

Семейная прогулка—залог крепкой семьи.

Будьте немножко волшебниками в приготовлении блюд, даже самая простая каша может превратиться в произведение искусства и путешествие в сад.



Лопшина Екатерина
Станиславовна,

Турыгина Ольга Николаевна



Советы логопеда.

Артикуляционная гимнастика – это один из самых эффективных способов, помогающих преодолеть речевые нарушения у детей. Основная цель логопедических упражнений – выработать у малышек полноценные движения и определенное положение речевых органов, научить дошкольников преобразованию простейших артикуляционных движений в более сложные для верного произношения каждого конкретного звука и слова.

Логопедические упражнения.

«Ум ребенка находится на кончиках пальцев».-Сухомлинский.

Пальчиковые игры развивают мелкую моторику, а её развитие стимулирует развитие некоторых зон головного мозга, в частности речевых центров. Развитие мелкой моторики готовит руки ребёнка к разнообразным действиям в будущем: рисованию, письму, различным манипуляциям с предметами и т. д. Занятия пальчиковыми играми способствуют расширению словарного запаса, а если стихотворение не проговаривать, а напевать — то и музыкального слуха.

Осенние пальчиковые игры.



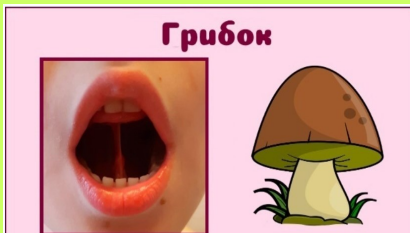
Качели
Улыбнуться, открыть рот. Поднять язык за верхние зубы, затем опустить за нижние. Повторить несколько раз.

На качелях
Я качаюсь
Вверх – вниз,
Вверх – вниз,
И все выше поднимаюсь,
А потом вниз.



Парус
Улыбнуться, широко открыть рот, кончик языка поставить на бугорки (альвеолы), за верхними зубами.

Лодочка под парусом
По реке плывёт,
На прогулку лодочка
Малышей везёт.



Грибок
Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать широкий язык всей плоскостью к небу и открыть рот.

На тонкой ножке вырос гриб,
Он не мал и не велик.
Присосался язычок!
Несколько секунд – молчок.



Гармошка
Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к небу и, не отпуская языка, закрывать и открывать рот.

Присосу язык на небо,
А теперь смотрите в оба:
Ходит челюсть вверх и вниз –
У неё такой круиз.



Иголочка
Улыбнуться, приоткрыть рот, положить узкий язык на нижнюю губу. Удерживать несколько секунд.

У птички клювик очень колкий.
И тонкий, острый, как иголка.
Взгляни скорее на картинку.
Мой язычок – как клюв у птицы.



Чашечка
Улыбнуться, открыть рот, высунуть язык, тянуть его к носу, загнуть края языка в форме чашки. Удерживать 5 секунд.

Вкусных мы блинов поели,
Выпить чаю захотели.
Язычок мы к носу тянем,
Чашку с чаем представляем.



Чистим зубки
Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка "почистить" с внутренней стороны верхние, затем нижние зубы.

Мы по зубкам язычком
Влево, вправо проведем.
Мы с зубною щеткой дружим,
Стоматолог нам не нужен.



Попаточка
Широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить за тем, чтобы язык не дрожал.

Язычок наш как лопатка –
Очень ровный, очень гладкий.
А такой лопаткой
И копать приятно.



Мастерим вместе.

Детский дошкольный возраст - это время для игр, мышления, воображения, творчества, веры в чудеса, сказку. Дети искренне верят в мечту, делятся друг с другом своими секретами и ждут поддержки и понимания от нас, взрослых.

Работа, домашние заботы, походы по магазинам очень часто не оставляют достаточного времени для совместной деятельности с детьми. Нам кажется, что дети, находясь с нами по близости, сами всему научатся, но это не так. Детей необходимо учить, и учить не назиданиями и внушениями, а учить в процессе совместной деятельности, показывая малышам как раскрашивать, как вырезать, как лепить и т.д.

Совместное творчество детей и родителей формирует хорошие доверительные отношения между ними, оказывает положительное влияние на развитие ребенка и приучает его сотрудничать. Творческий процесс стимулирует всестороннее развитие ребёнка. Совершенствуются моторные навыки, формируется воображение, раскрывается творческий потенциал.

Помимо этого, совместная творческая деятельность, особенно, если это игра интересное и увлекательное время проведение. Совместное творчество восполняет недостаток родительского внимания, вызывает массу положительных эмоций и создает в семье особо теплую атмосферу. Дети обожают фантазировать и мастерить.

Воспитатели группы «Радуга»:

Лопшина Екатерина Станиславовна,

Турыгина Ольга Николаевна





Октябрь 2022

Всеобщие Праздники:

- 1 октября - Международный день музыки
- 1 октября - Международный день пожилых людей
- 28 октября - День Бабушек и Дедушек



Экологические Праздники:

- 2 октября - День детского здоровья
- 4 октября - Всемирный День защиты животных
- 16 октября - Международный день хлеба
- 31 октября - Международный день Чёрного моря



Профессиональные Праздники:

- 5 октября - Международный День учителя
- 20 октября - Международный день повара



Необычные Праздники:

- 7 октября - Всемирный день улыбки
- 10 октября - Международный день каши
- 14 октября - День Рождения Винни-Пуха
- 18 октября - День конфет



Юбиляры:

- 7 октября - 70 лет В. В. Путину (1952), президенту РФ.
- 27 октября - 240 лет со дня рождения Никколо Паганини, итальянского скрипача-виртуоза, композитора (1782–1840).

