



# СОЛНЫШКО

Газета МДОУ № 21

№ 12 август 2017г.

## ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

### По секрету всему свету

- Тебе, мой город, посвящаем!
- Лето – это маленькая жизнь!
- «Отважные пожарные»

### Специалисты советуют

- В детский сад без слёз или как уберечь ребёнка от стресса!
- Яблоки в рационе питания детей

### Поиграй-ка

### Очумелые ручки

- 13 августа 2017 – День Строителя
- 14 августа 2017 – Медовый спас
- 15 августа 2017 - День археолога
- 19 августа 2017 – Яблочный спас
- 20 августа 2017 – День Авиации
- 22 августа 2017 – День Государственного флага Российской Федерации
- 22 августа 2017 – День победы советских войск в Курской битве
- 27 августа 2017 – День кино России
- 27 августа 2017 – День Шахтера
- 29 августа 2017 - День Спецназа ВС России

Н

Люди август уважают,  
Август – месяц урожая:  
И в саду не уставай,  
И на поле успевай!  
Выйди в поле!  
Словно звезды,  
Там коробочки блестят.  
Ароматом полон воздух –  
Мёдом пахнет виноград...

*Муслим Ильяс.*

### Праздники в августе

- 1 августа 2017 – День инкассатора
- 1 августа 2017 – День тыла Вооруженных Сил Российской Федерации
- 2 августа 2017 – День десантника (День ВДВ)
- 6 августа 2017 – День Железнодорожника
- 12 августа 2017 – День Военно-Воздушных Сил. День ВВС
- 12 августа 2017 – День спортсмена



## Тебе, мой город, посвящаем!



Люблю тебя земля родная,  
Души моей чудесный рай.  
Тебя, мой город Узловая,  
Тебя, прекрасный Тульский край.

Очень важно знакомить молодое поколение с историей Малой Родины. Каждый гражданин должен знать важные события своего края, это способствует воспитанию патриотических чувств, коммуникативной культуры ребят.

В преддверии Дня города Узловая, в стенах детского сада прошел праздник, посвященный нашему городу. В конкурсе чтецов «Мой город» участвовало 16 ребят, которые подготовили стихотворения о родном городе. Конкурс сопровождался показом исторических фрагментов. Все участники были отмечены грамотами призеров конкурса, а пять лучших чтецов стали победителями.



## Лето - это маленькая жизнь!



Лето - прекрасное время года, потому что тепло, вокруг очень красиво и есть чудесная возможность отдохнуть. Лето - время отпусков и каникул. Можно поехать куда угодно, проводить время у реки или озера, походить по свежей зелёной травке, поплескаться в тёплой воде, или подняться в горы, или играть в различные игры, кататься на самокате, а может и верблюде. Лето в разгаре! А как проводят своё лето дети нашего ДООУ в его стенах и за его пределами?

Чтобы это узнать, открылась фотовыставка, на тему "Лето - это маленькая жизнь!"

Это выставка передаёт летнее, солнечное настроение, заряжает эмоциями и дарит новые впечатления, которые будут питать и вдохновлять всех мальчишек и девчонок весь год до следующего лета.



## «Отважные пожарные»



В целях воспитания навыков безопасного поведения, формирования у детей осознанного и ответственного отношения к правилам пожарной безопасности, умения правильно действовать в экстремальных ситуациях, 24 августа в старших группах детского сада прошёл спортивный праздник «Отважные пожарные», где детям дали понятие, что огонь бывает другом, но при несоблюдении правил может стать врагом. Формировали элементарные умения и навыки в поведении во время пожара.



В гости к ребятам пришла проказница Шапокляк, которая нашла спички, и чуть было не случилась беда. Мальчишки и девчонки объяснили хулиганке, что могло бы произойти, если баловаться спичками и показали какие они быстрые, ловкие, смелые в спортивных эстафетах. Дети сами стали пожарными, спешили на помощь к людям и животным, раскатывали настоящий пожарный шланг, тушили «огонь». Все ребята проявили лучшие свои качества – стремились помочь «пострадавшим», доброжелательно относились к товарищам и еще раз вспомнили правила пожарной безопасности.



## Специалисты советуют

### В детский сад без слёз или как уберечь ребёнка от стресса!



Адаптация в детском саду: попытка или пытка? Подсознательно в нас укоренилось, что детский сад - это одна из ступенек счастливого детства. Но вот радостные ожидания от первых посещений сада сменяются озабоченностью: у ребёнка регресс во всём достигнутом (в речи, навыках, умении, игре). Может заболел? У него и в самом деле насморк, а вчера была температура ... Ему не мил детский сад, а малыш почти не узнаваем, словно его "подменили". Подменили не малыша, а жизнь и обстоятельства, что неизбежно. Организм и душа ребёнка - в состоянии между здоровьем и болезнью: вскоре ребёнок или в самом деле заболевает, если выраженность стресса велика, или снова становится самим собой, в случае легкой адаптации.

#### Чем спровоцирован стресс у ребёнка?

Не столько отрывом от значимых взрослых, и особенно матери, сколько несовершенством адаптационных механизмов ребёнка. Ведь, чтобы продержаться в незнакомой обстановке, малышу необходимо вести себя в детском саду не так, как дома. Но ребёнок не знает этой формы поведения и от того страдает, боясь, что сделает что-нибудь не так.



#### Первый раз в детский сад ...

Заведите будильник с таким расчётом, чтобы было достаточно времени на все сборы и приготовления. Заранее продумайте, какой дорогой вы будете ходить или ездить в садик, сколько времени она занимает, и когда надо выходить из дома. Запомните, а лучше запишите все вопросы, которые хотите задать воспитателю.

Адаптация на новом месте может длиться одну-две недели, в зависимости от психики и характера ребёнка. Полная адаптация наступает где-то через 2-3 месяца. Стресс у малыша может выплеснуться в виде капризов, агрессии, мокрых штанишек, отказа от еды и сна, мнимой "потери" приобретённых навыков.

#### Что поможет справиться крохе с боязнью новой обстановки и с разлукой с мамой?

Дайте с собой малышу его любимую игрушку. Пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удаётся привыкнуть к садика.



Если у малыша разрывается сердце от расставания с вами, положите ему в кармашек вашу небольшую фотографию или дайте на прощание "кусочек себя" (например, ваш носовой платочек, который пахнет вашими духами, или что-нибудь в этом роде). Если ребёнку трудно расстаться с мамой, пусть на первых порах его отводит в садик папа или бабушки-дедушки. Если ваш ребёнок "впал в детство" (так называемый псевдо "регресс"), например, вернулся к соске или бутылочке с молоком, "разучился" что-то делать, не стыдите его и не впадайте в панику. Это временное состояние, которое помогает малышу расслабиться и успокоиться.

Когда вы уходите - расставайтесь с ребёнком легко и быстро. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет вашему ребёнку в детском саду, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, у ребёнка вызовут тревогу, что здесь с ним может что-то случиться, и он долго не будет вас отпускать. Не травите душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивания под дверь. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.

Не совершайте ошибки и не делайте перерыв в посещении - неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиваться.

Постарайтесь спланировать своё время так, чтобы в первую неделю посещения детсада ребёнок не оставался там более двух-трёх часов. В семье в этот период необходимо создать спокойный и бесконфликтный климат для вашего малыша. Щадите его ослабленную нервную систему! Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Лучше на время отменить походы в кино, цирк, гости, сократить время просмотра телевизора. Постарайтесь в выходные дни соблюдать дома такой же режим, как в детском саду.

Поиграйте с ребёнком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самым ребёнком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, помогите вместе с малышом найти ей друзей и решайте проблемы вашего ребёнка через неё, ориентируя игру на положительные результаты.

Если ребёнок стал агрессивным, раздражительным, не ругайте его. Главное помнить, что всё это всё тот же малыш. Проводите с ним всё время, больше обнимайте его, лежите или сидите рядышком, пошепчите ему на ушко его любимую песенку.



## Яблоки в рационе питания детей



Яблоки полезны для детей в любом виде — свежие, сушеные, запеченные. Даже после тепловой обработки фрукты сохраняют значительную часть полезных веществ. В них содержатся витамины (С, А, группы В), микроэлементы (железо, медь, магний, натрий, йод), клетчатка — именно составом объясняется то положительное действие, что оказывает на организм крохи регулярное употребление яблок.

Пользу яблок для здоровья ребенка сложно переоценить:

- Добавление яблок в рацион питания малыша способствует улучшению работы желудочно-кишечного тракта, печени и почек.
- Полезны яблоки и в уходе за молочными зубками ребенка. Стоматологи советуют каждый день давать малышу, который пока не научился гигиене ротовой полости, небольшой кусочек фрукта с утра и вечером — это заменяет процедуру чистки зубов.
- Яблоки повышают аппетит — добавляйте их в детское питание, если малыш плохо кушает.
- Во фруктах содержится легкоусвояемое железо — регулярное их употребление становится отличной профилактикой железодефицитной анемии.
- Яблоки становятся естественной защитой от бактерий и вирусов.

### Рецепты десертов для детей на основе яблок

#### Яблочный мусс

100-150 г яблок очистите от кожуры, удалите сердцевину, порежьте на маленькие кусочки. Тщательно промойте 1 столовую ложку риса и поставьте его вариться в 100 мл воды. Через 10 мин в кастрюлю добавьте яблоки — варите еще 10-15 мин. Ингредиенты взбейте блендером до образования пышной массы. Блюдо перед подачей остудите.



#### Яблочный мармелад

10г желатина разведите для набухания в 50 мл воды. Два яблока очистите от кожуры, вырежьте сердцевину, крупно натрите. Яблочное пюре с одной столовой ложкой сахара поместите в кастрюлю, тушите на медленном огне 15-20 мин. Добавьте к массе разведенный в небольшом количестве

холодной воды крахмал (1 столовая ложка), хорошенько перемешайте, доведите до кипения и сразу уберите кастрюлю с огня. Смесь взбейте блендером, добавьте к ней нагретую воду с желатином, тщательно перемешайте. Массу тонким слоем вылейте на предварительно выстланный фольгой неглубокий противень. Десерт поставьте «замерзать» в холодильник. Мармелад перед подачей на стол нарежьте кусочками, сверху можно украсить ягодками и сахарной пудрой.

### **Яблоки, запеченные с творогом**

Вам потребуются такие продукты — 4 некрупных яблока, 100 г нежирного творога, 1 яйцо. Фрукты разрежьте пополам, уберите сердцевинки — у вас должны получиться «корзинки» с толщиной стенок не менее 1 см. Мякоть яблок без косточек натрите на терке. Получившееся пюре перемешайте с творогом и взбитым яйцом (можно добавить немного сахара, если фрукты несладкие). Массой наполните до верхних краев половинки яблок. Блюдо запекайте в духовке при температуре до 180 °С. Остудите десерт перед подачей на стол.

### **Яблоки в карамели**

Вам потребуется следующий список продуктов — 6 небольших яблок, 200 г сахара, 1 ст. л лимонного сока, 4-6 шт инжира, 2 ст. л измельченных грецких орешков. Сначала вырежьте из яблок сердцевинки, заполните их смесью из грецких орешков и мелко порезанного инжира. Фрукты поставьте на противень и запекайте в духовке 20 мин. Теперь приготовьте карамель — засыпьте сахар и 100 г воды в кастрюлю, варите при постоянном перемешивании 10 мин. Когда масса станет коричневого оттенка, добавьте к ней лимонный сок. Полейте карамелью готовые запеченные яблоки. Сверху блюдо можно украсить сметаной или взбитыми сливками, посыпать корицей.





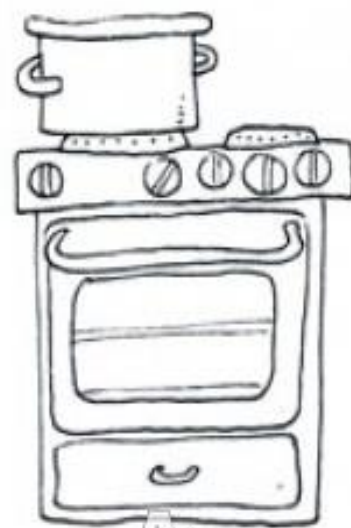
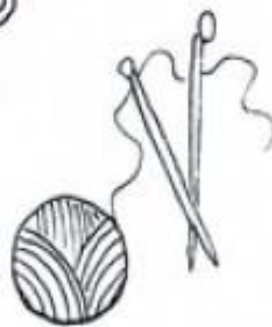
# Поиграйка

Найди 10 отличий

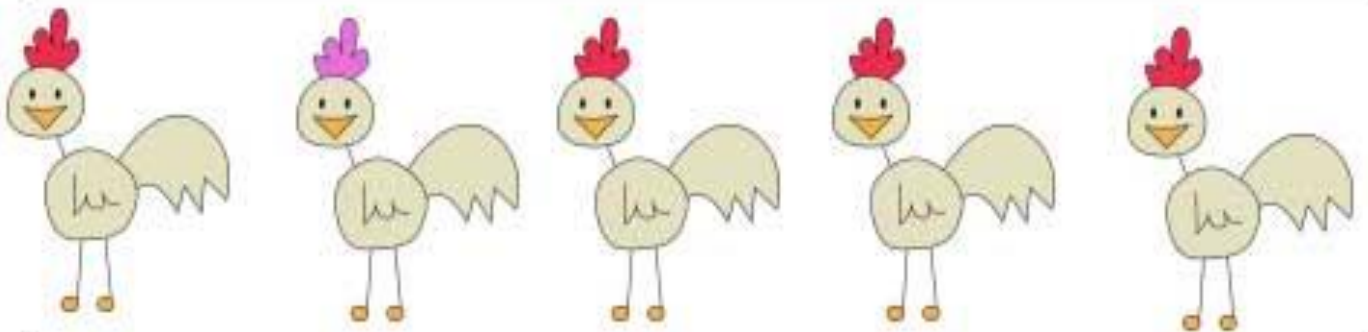




Бабушка решила испечь пирог.  
Раскрась всё, что ей может для  
этого понадобится!

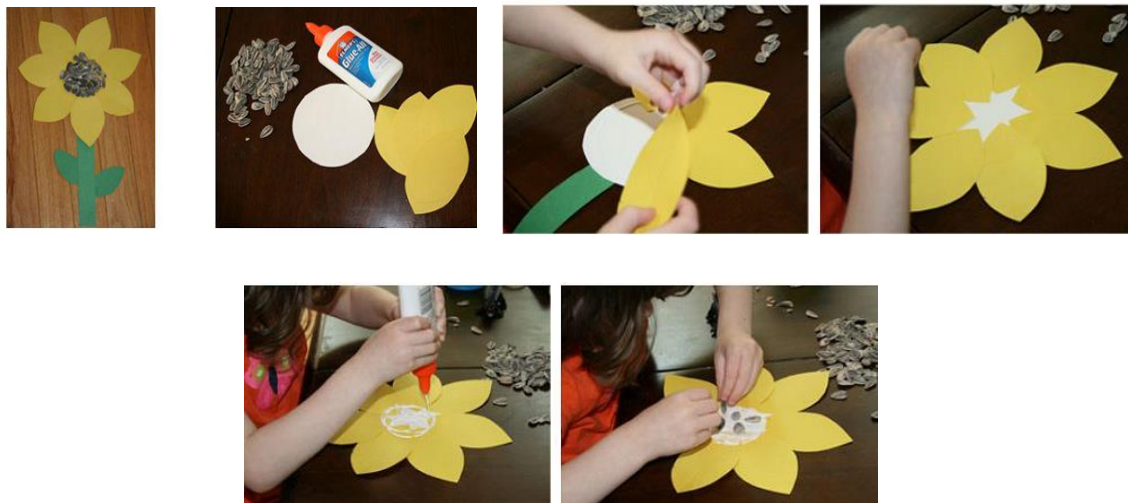


Найди лишнее в каждой строчке и  
обведи в кружок.



# Очумелые ручки

## «Подсолнух»



Создание аппликации «Подсолнух» под силу малышам возрастом от трех лет, оно развивает их и приучает к осознанной деятельности. Работа с семечками и другими мелкими предметами развивает моторику ребенка. Для творчества нам понадобятся: цветной картон, семечки, клей и ножницы.

### Порядок работы:

- Вырезаем из картона серединку, лепестки и стебель подсолнуха сами, если малыш еще не владеет ножницами. Ему можно доверить намазывание клеем деталей и их прикрепление.
- Приклеиваем на белый круг лепестки, затем наливаем на середину цветка клей и выкладываем туда семечки. Не забываем приклеить зеленый стебелек. Наш подсолнух готов! Смастерив вместе с детьми побольше таких поделок, можно поместить их на большой лист ватмана, «вырастив» целый сад подсолнухов.