

A decorative border composed of many colorful hands (red, yellow, green, blue, pink, orange) arranged in a circular pattern around the entire page.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 192» г. Ярославля

ГАЗЕТА

для детей
и
родителей

СОЛНЕЧНЫЙ
ЗАЙЧИК

ИЮНЬ 2019

A decorative border composed of many colorful hands (blue, yellow, red, green, pink, orange) arranged in a circular pattern around the page.

СЕГОДНЯ В ГАЗЕТЕ

АЗБУКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

психолого-педагогическое просвещение.....стр.3

ДЕЛАЕМ С ДЕТЬМИстр.11

КАЛЕЙДОСКОП ИСТОРИЙ.....стр.15

НАШИ НОВОСТИ.....стр.19

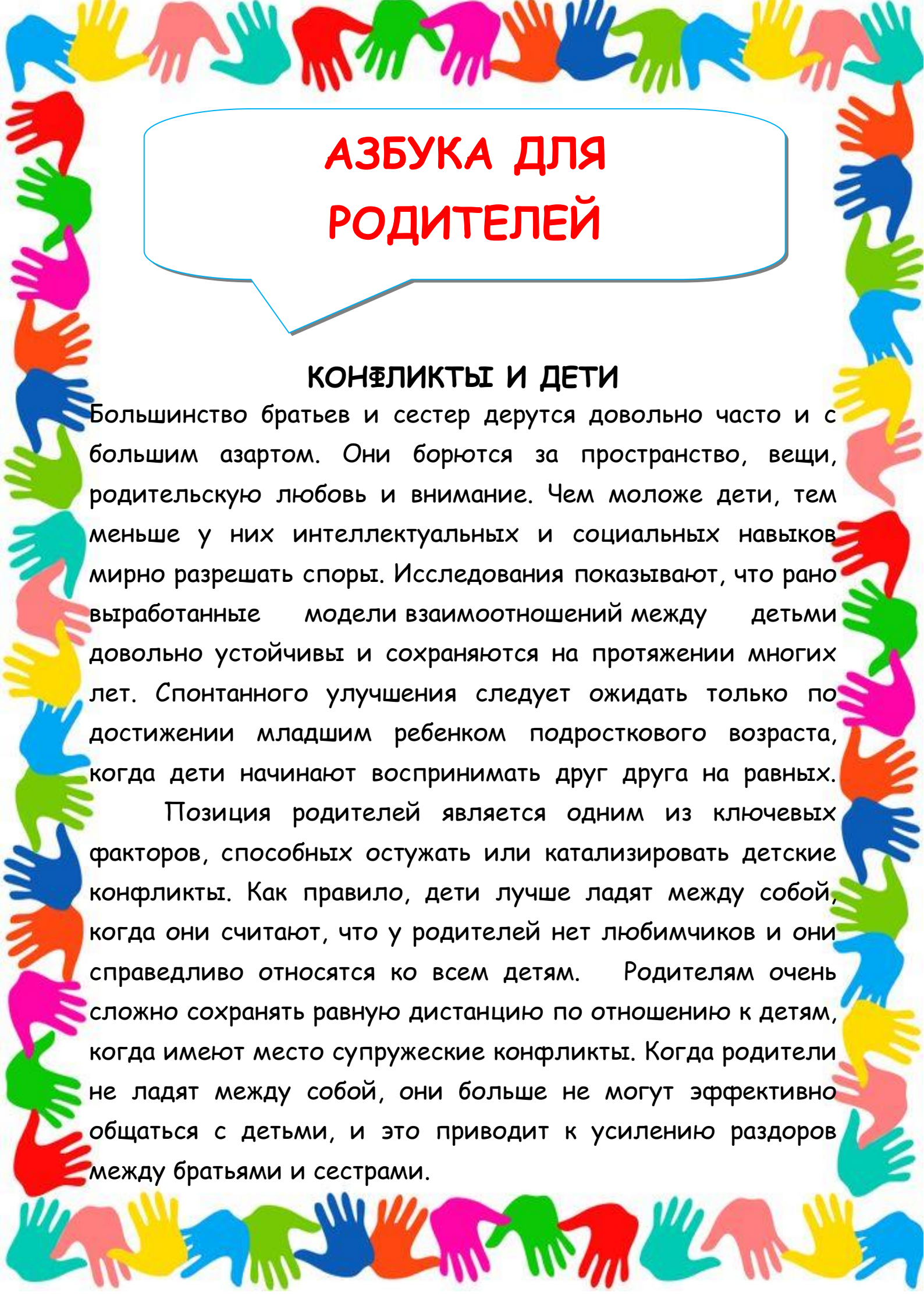
Уважаемые родители!

Ваши письма с вопросами, советами, интересными историями о детях, о семейных праздниках и буднях, о том, что вас радует и беспокоит, мы ждем на адрес электронной почты детского сада:

yardou192@yandex.ru

с пометкой для рубрики

«ВАШ ВОПРОС - НАШ ОТВЕТ»



АЗБУКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

КОНФЛИКТЫ И ДЕТИ

Большинство братьев и сестер дерутся довольно часто и с большим азартом. Они борются за пространство, вещи, родительскую любовь и внимание. Чем моложе дети, тем меньше у них интеллектуальных и социальных навыков мирно разрешать споры. Исследования показывают, что рано выработанные модели взаимоотношений между детьми довольно устойчивы и сохраняются на протяжении многих лет. Спонтанного улучшения следует ожидать только по достижении младшим ребенком подросткового возраста, когда дети начинают воспринимать друг друга на равных.

Позиция родителей является одним из ключевых факторов, способных остужать или катализировать детские конфликты. Как правило, дети лучше ладят между собой, когда они считают, что у родителей нет любимчиков и они справедливо относятся ко всем детям. Родителям очень сложно сохранять равную дистанцию по отношению к детям, когда имеют место супружеские конфликты. Когда родители не ладят между собой, они больше не могут эффективно общаться с детьми, и это приводит к усилению раздоров между братьями и сестрами.

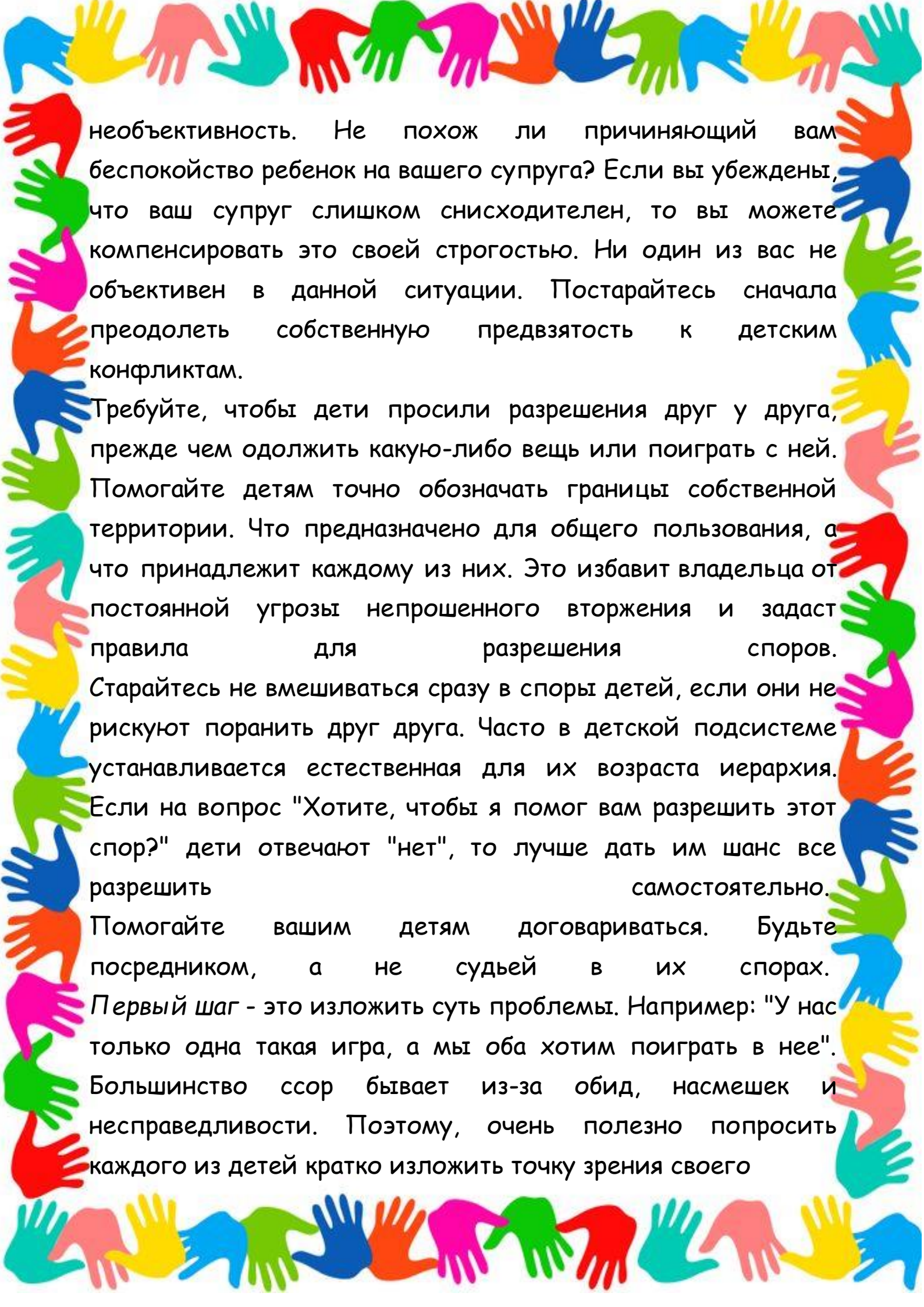
Бессмысленны также дотошные расследования на тему "Кто все это затеял?". Дети - мастера провокаций, и поиск истинного виновника конфликта - это самый верный способ зайти в тупик. В большинстве случаев родителям следует избегать роли судьи в стычках между детьми, так как они часто затеваются, чтобы привлечь их внимание. Широко используемые способы отвлечения детей от конфликта и переключения их на что-нибудь приятное, например, пойти всем вместе в парк аттракционов, к сожалению, обеспечивает лишь временное решение. Неразрешенные противоречия могут всплыть вновь и испортить все удовольствие.

Что же делать родителям, когда перед ними стоит столь непростая задача, как обучение детей сотрудничать друг с другом?



Практические рекомендации по преодолению детских конфликтов:

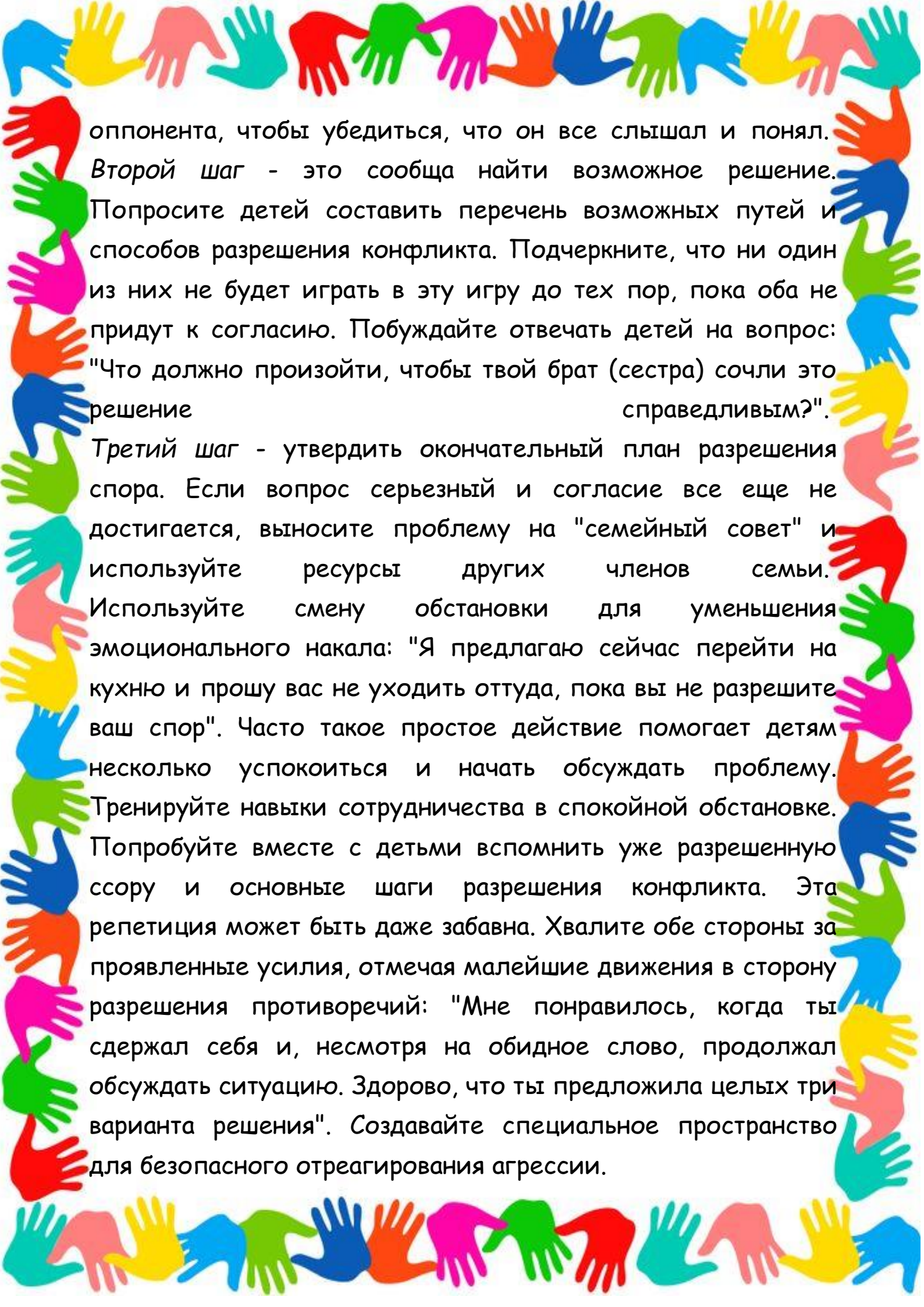
Прежде всего проанализируйте свое собственное поведение и установки по отношению к детям. К кому из них вы ближе эмоционально? Может быть с кем-то из ваших детей вы связываете какие-либо особые ожидания? Кто-то из них напоминает вам ваших собственных родителей? Вы ждете, чтобы старший ребенок вел себя как взрослый, даже если ему всего семь лет? У вас есть склонность обвинять одного ребенка больше, чем другого? Даже если такие обвинения кажутся вполне оправданными, это может указывать на вашу



необъективность. Не похож ли причиняющий вам беспокойство ребенок на вашего супруга? Если вы убеждены, что ваш супруг слишком снисходителен, то вы можете компенсировать это своей строгостью. Ни один из вас не объективен в данной ситуации. Постарайтесь сначала преодолеть собственную предвзятость к детским конфликтам.

Требуйте, чтобы дети просили разрешения друг у друга, прежде чем одолжить какую-либо вещь или поиграть с ней. Помогайте детям точно обозначать границы собственной территории. Что предназначено для общего пользования, а что принадлежит каждому из них. Это избавит владельца от постоянной угрозы непрошенного вторжения и задаст правила для разрешения споров. Старайтесь не вмешиваться сразу в споры детей, если они не рискуют поранить друг друга. Часто в детской подсистеме устанавливается естественная для их возраста иерархия. Если на вопрос "Хотите, чтобы я помог вам разрешить этот спор?" дети отвечают "нет", то лучше дать им шанс все разрешить самостоятельно.

Помогайте вашим детям договариваться. Будьте посредником, а не судьей в их спорах. Первый шаг - это изложить суть проблемы. Например: "У нас только одна такая игра, а мы оба хотим поиграть в нее". Большинство ссор бывает из-за обид, насмешек и несправедливости. Поэтому, очень полезно попросить каждого из детей кратко изложить точку зрения своего



оппонента, чтобы убедиться, что он все слышал и понял. *Второй шаг* - это сообща найти возможное решение. Попросите детей составить перечень возможных путей и способов разрешения конфликта. Подчеркните, что ни один из них не будет играть в эту игру до тех пор, пока оба не придут к согласию. Побуждайте отвечать детей на вопрос: "Что должно произойти, чтобы твой брат (сестра) сочли это решение справедливым?".

Третий шаг - утвердить окончательный план разрешения спора. Если вопрос серьезный и согласие все еще не достигается, выносите проблему на "семейный совет" и используйте ресурсы других членов семьи. Используйте смену обстановки для уменьшения эмоционального накала: "Я предлагаю сейчас перейти на кухню и прошу вас не уходить оттуда, пока вы не разрешите ваш спор". Часто такое простое действие помогает детям несколько успокоиться и начать обсуждать проблему. Тренируйте навыки сотрудничества в спокойной обстановке. Попробуйте вместе с детьми вспомнить уже разрешенную ссору и основные шаги разрешения конфликта. Эта репетиция может быть даже забавна. Хвалите обе стороны за проявленные усилия, отмечая малейшие движения в сторону разрешения противоречий: "Мне понравилось, когда ты сдержал себя и, несмотря на обидное слово, продолжал обсуждать ситуацию. Здорово, что ты предложила целых три варианта решения". Создавайте специальное пространство для безопасного отреагирования агрессии.

Это могут быть взаимные шаржи или карикатуры, ритуализированные сражения подушками. Запрещайте драки всерьез вне "пятиминуток ненависти", наказывая обоих детей без разбирательства "Кто первый начал". Будьте чутки к переживаниям ваших детей. Копайте глубже. Может быть конфликт с сестрой возник как способ выразить негативные чувства по другому поводу? Может быть был трудный день в школе? Предал друг? Если вы подозреваете, что в основе ссоры лежит какая-то другая причина, то поговорите об этом с ним лично. Ваше понимание эмоционального состояния ребенка - лучшая гарантия для построения с ним отношений и улучшения его поведения

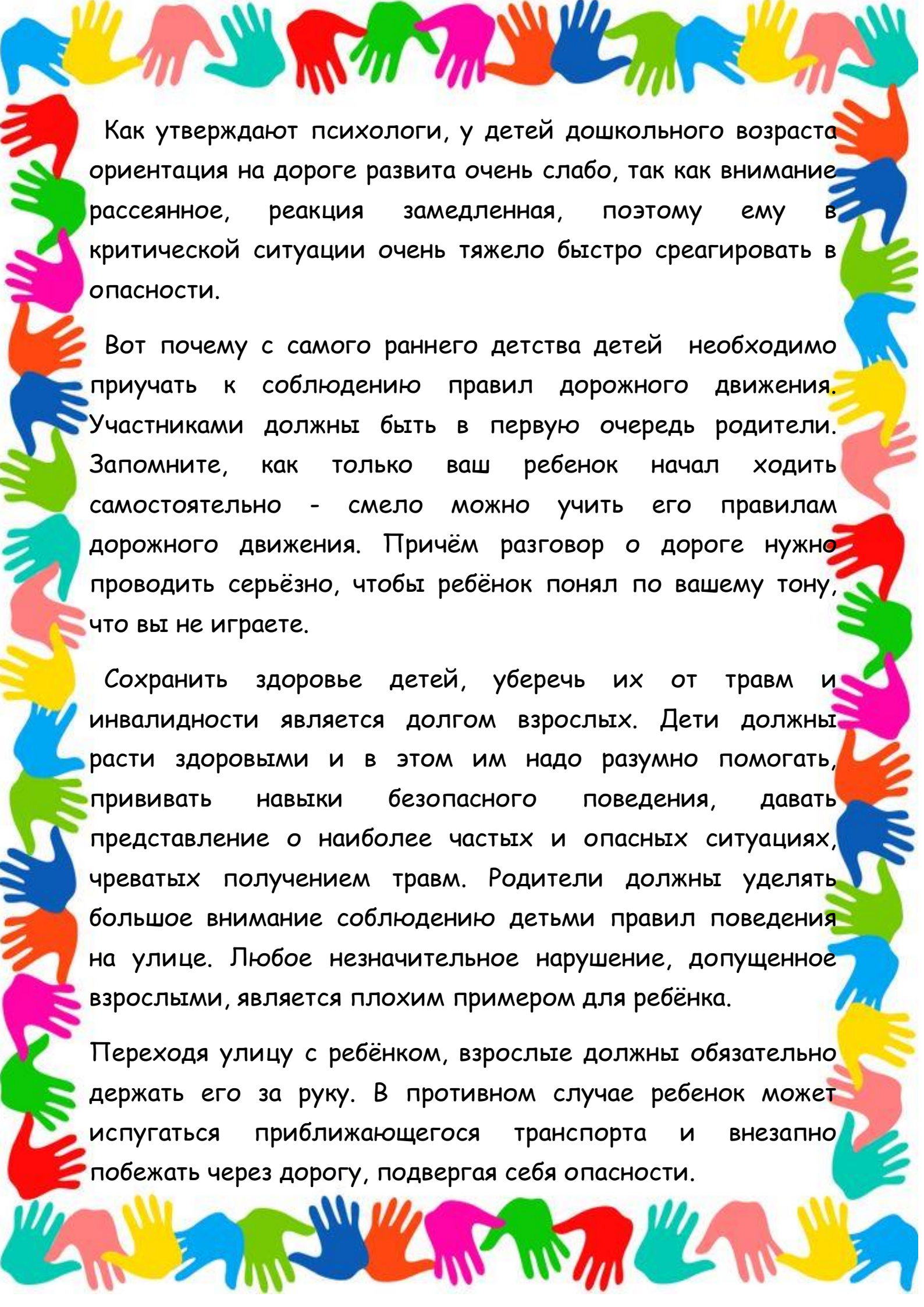
Старший воспитатель Л.А. Гусева

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА УЛИЦЕ



К сожалению, по статистике каждый год в России на дорогах погибают сотни детей в результате ДТП. Это происходит потому,

что взрослые зачастую подают неправильный пример своим детям. Поэтому виновниками ДТП очень часто являются сами дети: они играют рядом с дорогой, переходят дорогу в неположенных местах.

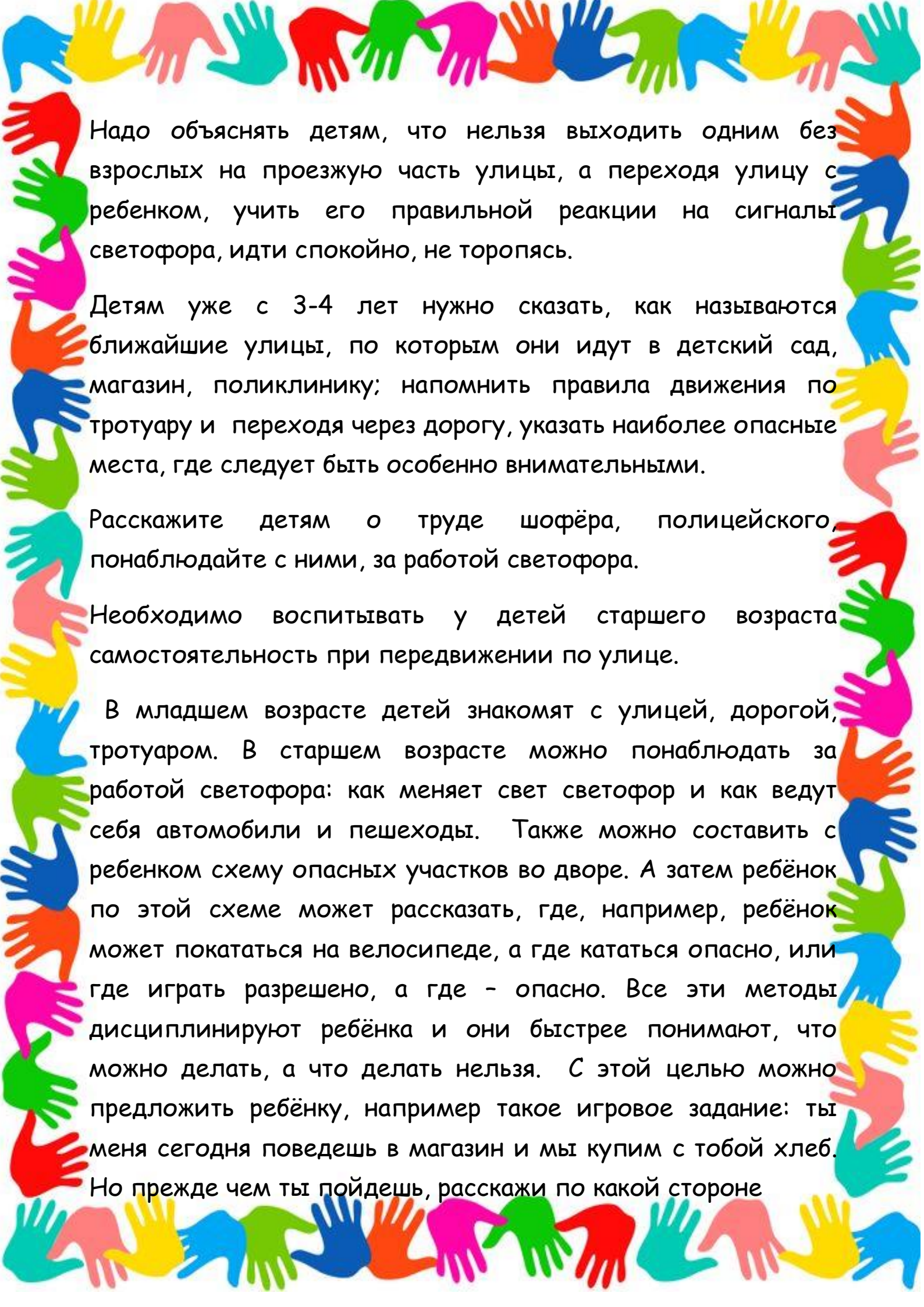


Как утверждают психологи, у детей дошкольного возраста ориентация на дороге развита очень слабо, так как внимание рассеянное, реакция замедленная, поэтому ему в критической ситуации очень тяжело быстро среагировать в опасности.

Вот почему с самого раннего детства детей необходимо приучать к соблюдению правил дорожного движения. Участниками должны быть в первую очередь родители. Запомните, как только ваш ребенок начал ходить самостоятельно - смело можно учить его правилам дорожного движения. Причём разговор о дороге нужно проводить серьёзно, чтобы ребёнок понял по вашему тону, что вы не играете.

Сохранить здоровье детей, уберечь их от травм и инвалидности является долгом взрослых. Дети должны расти здоровыми и в этом им надо разумно помогать, прививать навыки безопасного поведения, давать представление о наиболее частых и опасных ситуациях, чреватых получением травм. Родители должны уделять большое внимание соблюдению детьми правил поведения на улице. Любое незначительное нарушение, допущенное взрослыми, является плохим примером для ребёнка.

Переходя улицу с ребёнком, взрослые должны обязательно держать его за руку. В противном случае ребенок может испугаться приближающегося транспорта и внезапно побежать через дорогу, подвергая себя опасности.



Надо объяснять детям, что нельзя выходить одним без взрослых на проезжую часть улицы, а переходя улицу с ребенком, учить его правильной реакции на сигналы светофора, идти спокойно, не торопясь.

Детям уже с 3-4 лет нужно сказать, как называются ближайшие улицы, по которым они идут в детский сад, магазин, поликлинику; напомнить правила движения по тротуару и переходя через дорогу, указать наиболее опасные места, где следует быть особенно внимательными.

Расскажите детям о труде шофёра, полицейского, понаблюдайте с ними, за работой светофора.

Необходимо воспитывать у детей старшего возраста самостоятельность при передвижении по улице.

В младшем возрасте детей знакомят с улицей, дорогой, тротуаром. В старшем возрасте можно понаблюдать за работой светофора: как меняет свет светофор и как ведут себя автомобили и пешеходы. Также можно составить с ребенком схему опасных участков во дворе. А затем ребёнок по этой схеме может рассказать, где, например, ребёнок может покататься на велосипеде, а где кататься опасно, или где играть разрешено, а где - опасно. Все эти методы дисциплинируют ребёнка и они быстрее понимают, что можно делать, а что делать нельзя. С этой целью можно предложить ребёнку, например такое игровое задание: ты меня сегодня поведешь в магазин и мы купим с тобой хлеб. Но прежде чем ты пойдешь, расскажи по какой стороне

тротуара нужно идти, где будем переходить дорогу и т.д.

Ребёнок действует под контролем и в сопровождении взрослого. Но не стоит забывать о личном примере.

Например, родитель должен способствовать выработке у ребёнка привычки вести себя в соответствии с правилами дорожного движения. Следует отметить, что это самый главный фактор воспитания правильного поведения на дороге.



Воспитатель Н.А. Мужикова

ДЕЛАЕМ С ДЕТЬМИ

«ОСОБОЕ ВРЕМЯ» ДЛЯ ОБЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ

Я рисую, я могу,
Я и маму научу!
Только мама захоти,
Только папа помоги!
Вместе мы творить начнем,
Перепахкаем весь дом.
Ну и ладно, ну и пусть.
Вместе - вот в чём суть.

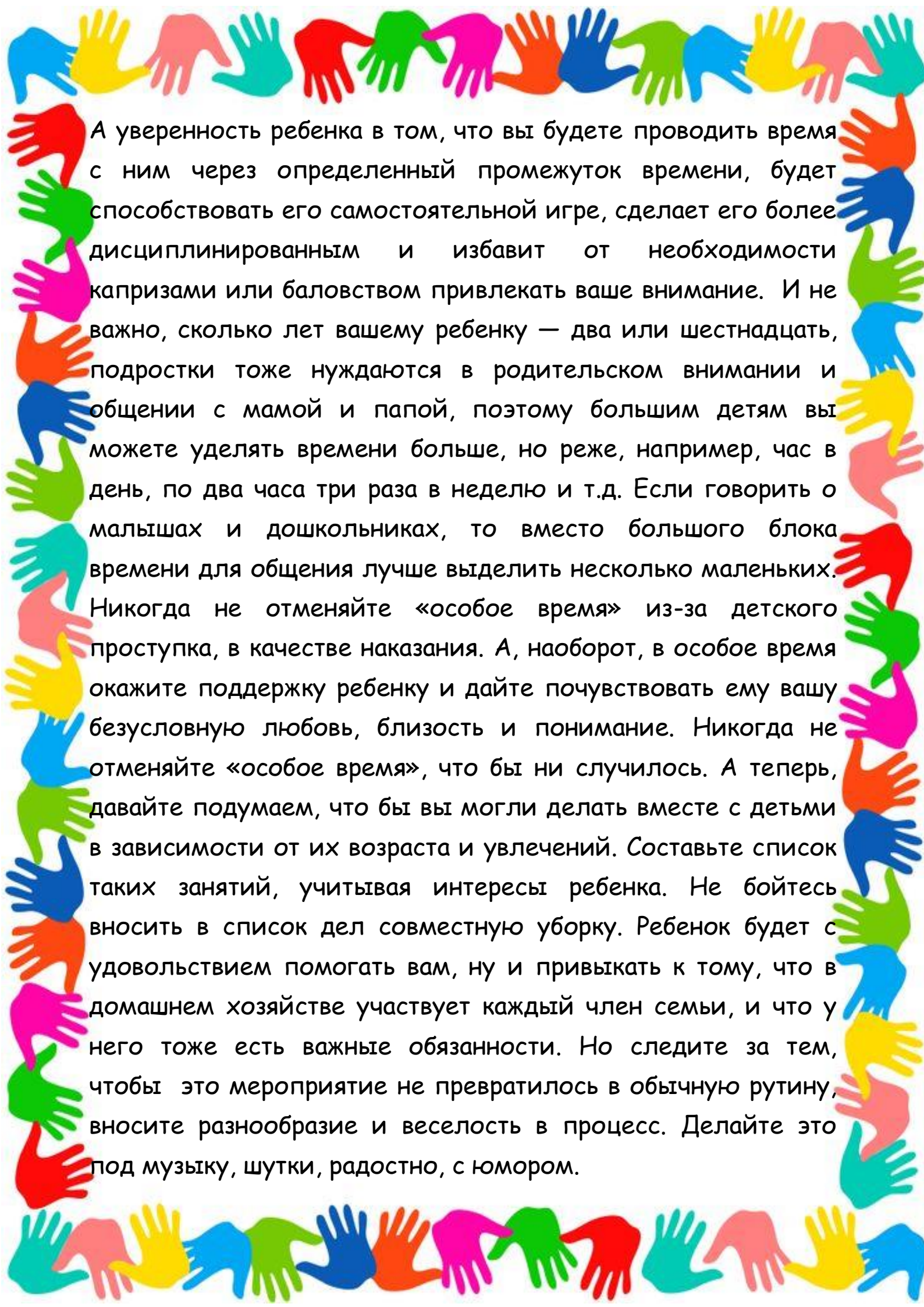


А вы знаете, что является самым важным для вашего ребенка? Больше всего на свете каждому малышу (да и не только) хочется быть значимым для вас, своих родителей, ощущать себя любимым, желанным, иметь возможность получать ответы на многочисленные вопросы, проводить время с вами и не чувствовать себя одиноким.

Больше всего дети страдают от недостатка родительского внимания, постоянной занятости папы и мамы, которым всегда некогда, от невозможности побыть вместе с ними. Результатом чего часто является плохое поведение ребенка, истерики, капризы или грусть в глазах, безразличие ко всему, замкнутость. Кто-то, наверное, задумался сейчас о том, что и в его семье есть подобная ситуация, в той или иной мере. Большинству родителей приходится крутиться «как белка в колесе», с трудом находя время на общение с собственным ребенком. И все же эту проблему можно решить. Для того, чтобы ваши попытки все исправить принесли плоды, не лишним будет напомнить про регулярность, важную в любом деле. Давайте выделим с сегодняшнего дня «особое время» для общения с ребенком. «Особое» - то есть неприкосновенное, обязательное, как ежедневная чистка зубов перед сном и по утрам. Это «особое время» поможет вам сделать отношения с ребенком более доверительными, близкими, душевными, а ребенка более спокойным, уверенным в себе и по-настоящему счастливым



Имея в своем распоряжении «особое время» с каждым из родителей, дети будут иметь представление о том, когда мама или папа будут им доступны.



А уверенность ребенка в том, что вы будете проводить время с ним через определенный промежуток времени, будет способствовать его самостоятельной игре, сделает его более дисциплинированным и избавит от необходимости капризами или баловством привлекать ваше внимание. И не важно, сколько лет вашему ребенку — два или шестнадцать, подростки тоже нуждаются в родительском внимании и общении с мамой и папой, поэтому большим детям вы можете уделять времени больше, но реже, например, час в день, по два часа три раза в неделю и т.д. Если говорить о малышах и дошкольниках, то вместо большого блока времени для общения лучше выделить несколько маленьких. Никогда не отменяйте «особое время» из-за детского проступка, в качестве наказания. А, наоборот, в особое время окажите поддержку ребенку и дайте почувствовать ему вашу безусловную любовь, близость и понимание. Никогда не отменяйте «особое время», что бы ни случилось. А теперь, давайте подумаем, что бы вы могли делать вместе с детьми в зависимости от их возраста и увлечений. Составьте список таких занятий, учитывая интересы ребенка. Не бойтесь вносить в список дел совместную уборку. Ребенок будет с удовольствием помогать вам, ну и привыкать к тому, что в домашнем хозяйстве участвует каждый член семьи, и что у него тоже есть важные обязанности. Но следите за тем, чтобы это мероприятие не превратилось в обычную рутину, вносите разнообразие и веселость в процесс. Делайте это под музыку, шутки, радостно, с юмором.

Попробуйте, и вы будете поражены тем, как меняется поведение вашего ребенка в лучшую сторону, как совместная деятельность и искренние беседы сближают вас и усиливают связь между вами. Ну и не забудьте, конечно же, об общесемейном досуге, очень скоро вы увидите как в ваших отношениях и в вашем доме накапливаются гармония, радость, спокойствие и теплота.



Старший воспитатель Д.В. Кокорева

КАЛЕЙДОСКОП ИСТОРИЙ

День семьи, любви и верности — российский праздник, который отмечается 8 июля и приурочен ко дню памяти святых князя Петра и его жены Февронии, покровительствующих семье и браку в православной традиции.

Идея праздновать в России день семейных ценностей возникла в городе Муроме Владимирской области еще в середине 1990-х годов, но в праздничный календарь этот праздник внесли только в 2008 году. Почему же именно 8 июля и что связывает этот праздник именно с Муромом?



День семьи, любви и верности возник благодаря святым Петру и Февронии, которые жили в XII-XIII веках. Согласно легенде, князь Петр болел проказой. Однажды он увидел во сне, что его исцелила Феврония — дочь бортника, которая жила в Рязанских землях. Князь отыскал девушку.



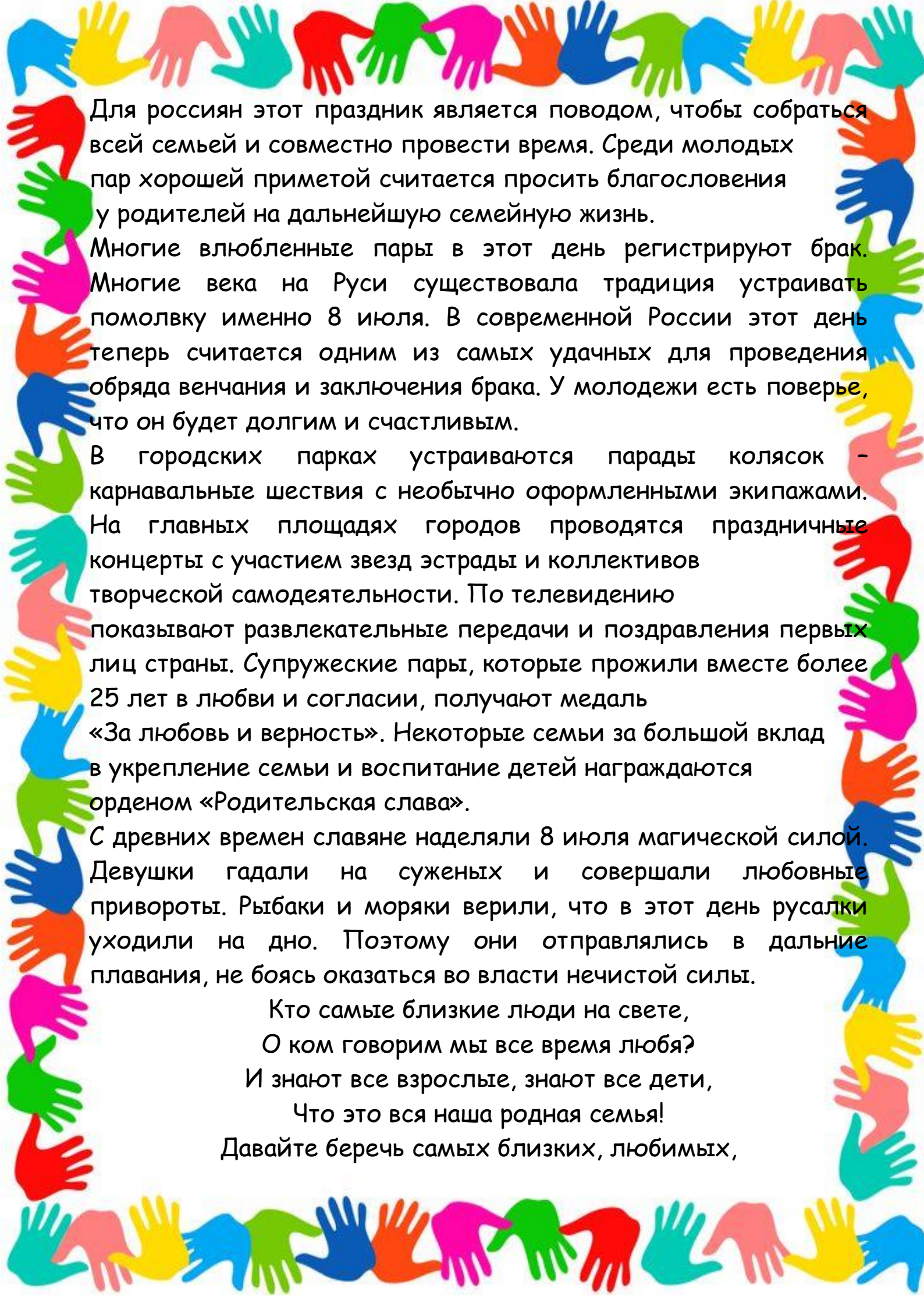
После исцеления они поженились. Супруги умерли в один день - 8 июля (25 июня по старому стилю).

В памяти народа они остались образом идеальной пары. В 1547 году Православная Церковь причислила их к лику святых.

Такие общечеловеческие ценности, как семья, любовь, нежность и верность очень важны в нашей жизни. Семья дает человеку любовь, поддержку, стабильность и радость. Она нужна для воспитания детей. К сожалению, в последние годы ценность семьи существенно упала в глазах молодого поколения, и она утратила свое прежнее значение. Именно по этой причине нам еще больше следует стремиться к идеалам, о которых напоминает этот праздник. Мы все должны брать пример с этих святых, семейная жизнь которых стала идеалом супружества, любви и верности.

Символом праздника является простой полевой цветок ромашка. Он привычен и спокоен. Как спокоен и сам праздник, который пронизан чистотой и традиционностью.

Главные события празднования Дня семьи, любви и верности проходят на родине святых Петра и Февронии - в городе Муроме. Для жителей и гостей города 8 июля организуются развлекательные мероприятия, театральные представления и реконструкции сцен из жизни святых, ярмарки и мастер-классы народного ремесла, спортивные состязания. Прихожане посещают святые места и молятся за благополучие своих семей и здоровье супругов.



Для россиян этот праздник является поводом, чтобы собраться всей семьей и совместно провести время. Среди молодых пар хорошей приметой считается просить благословения у родителей на дальнейшую семейную жизнь.

Многие влюбленные пары в этот день регистрируют брак. Многие века на Руси существовала традиция устраивать помолвку именно 8 июля. В современной России этот день теперь считается одним из самых удачных для проведения обряда венчания и заключения брака. У молодежи есть поверье, что он будет долгим и счастливым.

В городских парках устраиваются парады колясок – карнавальные шествия с необычно оформленными экипажами. На главных площадях городов проводятся праздничные концерты с участием звезд эстрады и коллективов творческой самодеятельности. По телевидению показывают развлекательные передачи и поздравления первых лиц страны. Супружеские пары, которые прожили вместе более 25 лет в любви и согласии, получают медаль «За любовь и верность». Некоторые семьи за большой вклад в укрепление семьи и воспитание детей награждаются орденом «Родительская слава».

С древних времен славяне наделяли 8 июля магической силой. Девушки гадали на суженых и совершали любовные привороты. Рыбаки и моряки верили, что в этот день русалки уходили на дно. Поэтому они отправлялись в дальние плавания, не боясь оказаться во власти нечистой силы.

Кто самые близкие люди на свете,
О ком говорим мы все время любя?
И знают все взрослые, знают все дети,
Что это вся наша родная семья!
Давайте беречь самых близких, любимых,

Тех, кто всех нас ждет ежедневно домой.
Их, самых родных и всем сердцем хранимых.
Всех тех, кого мы называем «семьей»!



Заведующий И.В. Булатова
Интернет-ресурсы

НАШИ НОВОСТИ

ДО СВИДАНИЯ, ДЕТСКИЙ САД !

По синему небу плывут облака,
Несут наше детство дошкольное в дали.
Семь лет нам еще, вроде, дети пока,
Ходили в детсад, как птенцы, подрастали...
Но нам становиться пора на крыло,
Пусть солнышка лучик пути освещает.
Дошкольное детство, как жалко, прошло,
Сегодня птенцов в дальний путь провожают.

Ну вот и
прошел
долгожданный
день для
дошколят,
выпускной.



В детском саду собрались дети и их родители,
чтобы проводить своих детей в школьную жизнь.
Взволнованные родители, счастливые дети, воспитатели
торопились на праздник в детский сад. Уютный, нарядный,
красочный музыкальный зал встречал в последний раз своих
воспитанников.

Море улыбок, слезы радости и грусти на лице воспитателей, родителей и детей. Теплые и нежные слова



благодарности от родителей воспитателям и детям.

Звучат прощальные песни с детским садом и исполняются красивые танцы. В конце праздничного вечера дети запускают разноцветные шары в небо с самыми заветными своими желаниями, которые обязательно должны сбыться.

Выпускной в детском саду — это первое самостоятельное подведение итогов, осознание достижений и волнующее ожидание предстоящих событий, одновременно радостное



и немножко грустное мероприятие. Это и прощание с беззаботной порой, и ключик от дверей в интересный и

увлекательный мир знаний, переход в школьную, более взрослую жизнь.



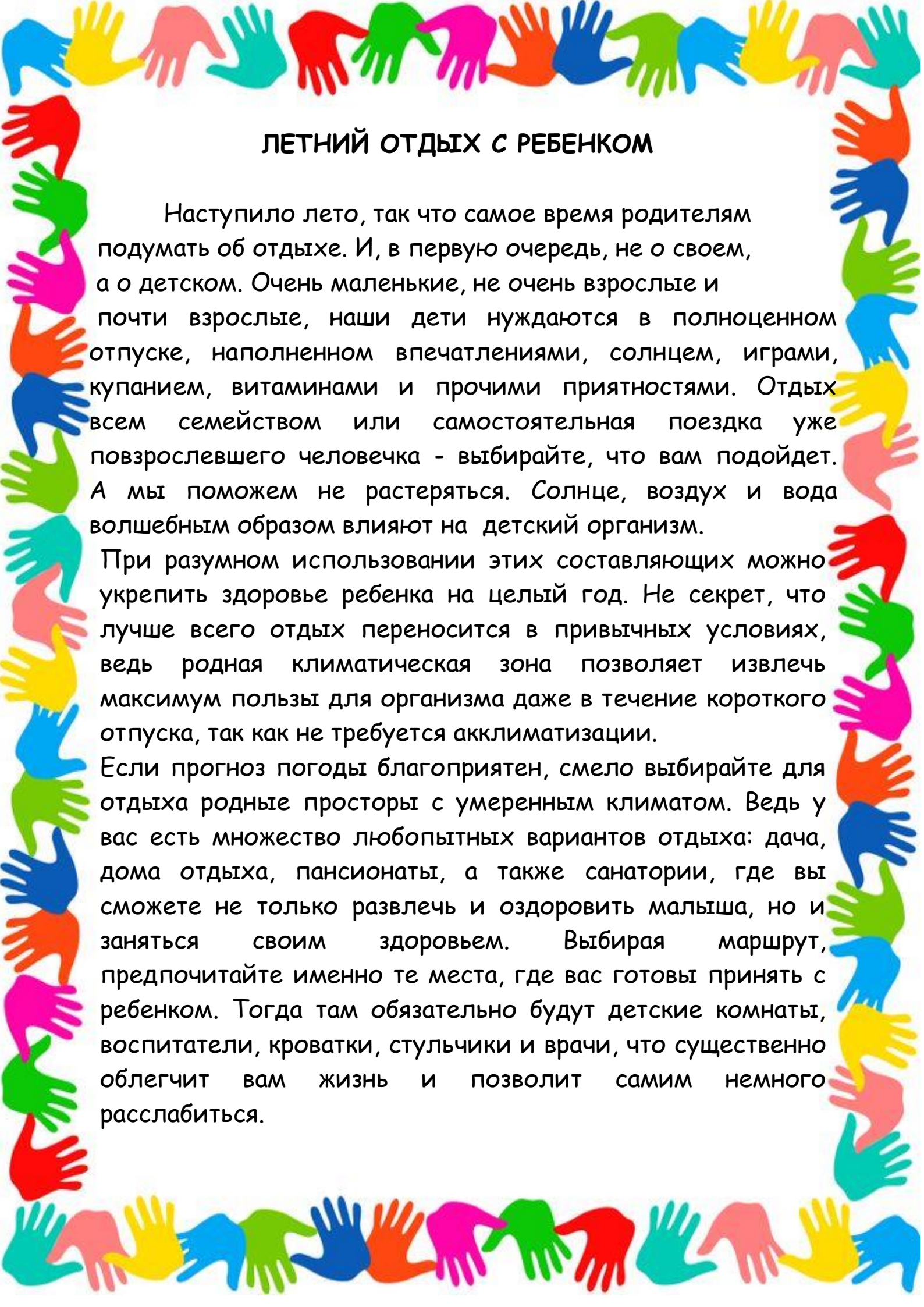
Впереди школа — школьные радости, школьные товарищи, Переменки, звонки и прописи с букварями.

Первые трудности, ответы у доски, оценки и домашние задания. Впереди ждет еще много нового, интересного, захватывающего, но этот праздник наши дети запомнят на всю жизнь! Последний праздник дошкольного детства.



Старший воспитатель Л.А. Гусева



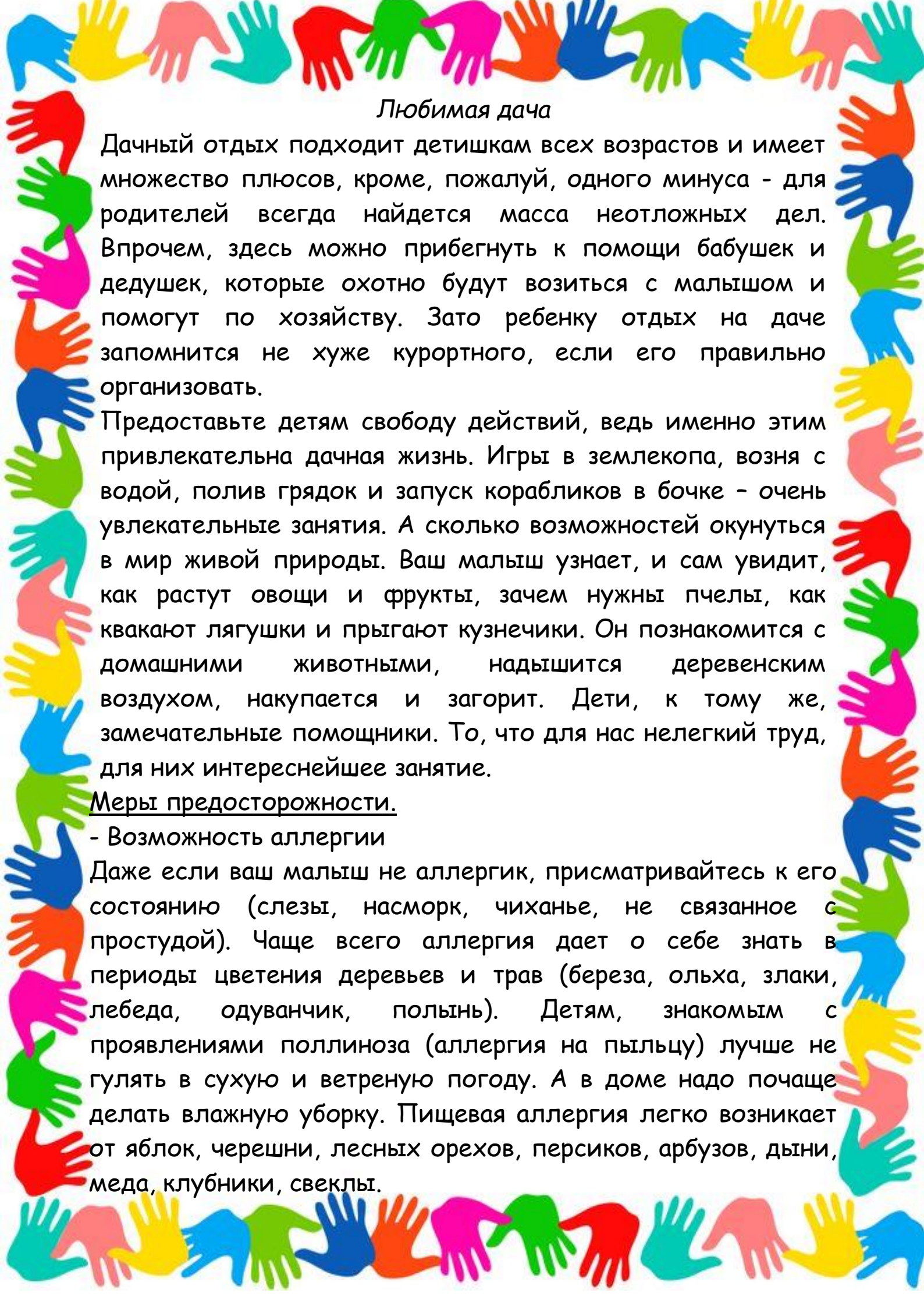


ЛЕТНИЙ ОТДЫХ С РЕБЕНКОМ

Наступило лето, так что самое время родителям подумать об отдыхе. И, в первую очередь, не о своем, а о детском. Очень маленькие, не очень взрослые и почти взрослые, наши дети нуждаются в полноценном отпуске, наполненном впечатлениями, солнцем, играми, купанием, витаминами и прочими приятностями. Отдых всем семейством или самостоятельная поездка уже повзрослевшего человечка - выбирайте, что вам подойдет. А мы поможем не растеряться. Солнце, воздух и вода волшебным образом влияют на детский организм.

При разумном использовании этих составляющих можно укрепить здоровье ребенка на целый год. Не секрет, что лучше всего отдых переносится в привычных условиях, ведь родная климатическая зона позволяет извлечь максимум пользы для организма даже в течение короткого отпуска, так как не требуется акклиматизации.

Если прогноз погоды благоприятен, смело выбирайте для отдыха родные просторы с умеренным климатом. Ведь у вас есть множество любопытных вариантов отдыха: дача, дома отдыха, пансионаты, а также санатории, где вы сможете не только развлечь и оздоровить малыша, но и заняться своим здоровьем. Выбирая маршрут, предпочитайте именно те места, где вас готовы принять с ребенком. Тогда там обязательно будут детские комнаты, воспитатели, кровати, стульчики и врачи, что существенно облегчит вам жизнь и позволит самим немного расслабиться.



Любимая дача

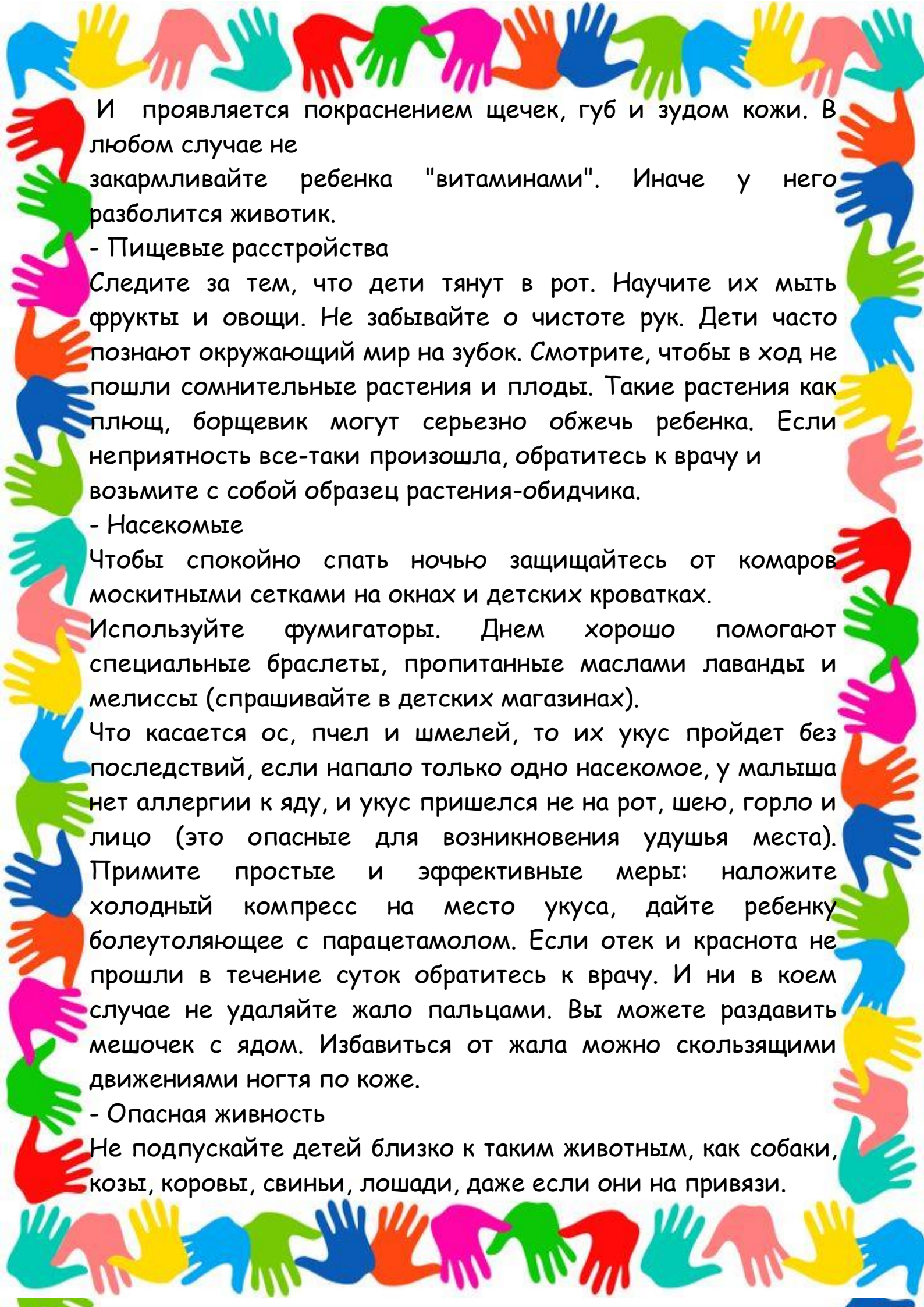
Дачный отдых подходит детишкам всех возрастов и имеет множество плюсов, кроме, пожалуй, одного минуса - для родителей всегда найдется масса неотложных дел. Впрочем, здесь можно прибегнуть к помощи бабушек и дедушек, которые охотно будут возиться с малышом и помогут по хозяйству. Зато ребенку отдых на даче запомнится не хуже курортного, если его правильно организовать.

Предоставьте детям свободу действий, ведь именно этим привлекательна дачная жизнь. Игры в землекопа, возня с водой, полив грядок и запуск корабликов в бочке - очень увлекательные занятия. А сколько возможностей окунуться в мир живой природы. Ваш малыш узнает, и сам увидит, как растут овощи и фрукты, зачем нужны пчелы, как квакают лягушки и прыгают кузнечики. Он познакомится с домашними животными, надышится деревенским воздухом, купается и загорит. Дети, к тому же, замечательные помощники. То, что для нас нелегкий труд, для них интереснейшее занятие.

Меры предосторожности.

- Возможность аллергии

Даже если ваш малыш не аллергик, присматривайтесь к его состоянию (слезы, насморк, чиханье, не связанное с простудой). Чаще всего аллергия дает о себе знать в периоды цветения деревьев и трав (береза, ольха, злаки, лебеда, одуванчик, полынь). Детям, знакомым с проявлениями поллиноза (аллергия на пыльцу) лучше не гулять в сухую и ветреную погоду. А в доме надо почаще делать влажную уборку. Пищевая аллергия легко возникает от яблок, черешни, лесных орехов, персиков, арбузов, дыни, меда, клубники, свеклы.



И проявляется покраснением щечек, губ и зудом кожи. В любом случае не закармливайте ребенка "витаминами". Иначе у него разболится животик.

- Пищевые расстройства

Следите за тем, что дети тянут в рот. Научите их мыть фрукты и овощи. Не забывайте о чистоте рук. Дети часто познают окружающий мир на зубок. Смотрите, чтобы в ход не пошли сомнительные растения и плоды. Такие растения как плющ, борщевик могут серьезно обжечь ребенка. Если неприятность все-таки произошла, обратитесь к врачу и возьмите с собой образец растения-обидчика.

- Насекомые

Чтобы спокойно спать ночью защищайтесь от комаров москитными сетками на окнах и детских кроватках.

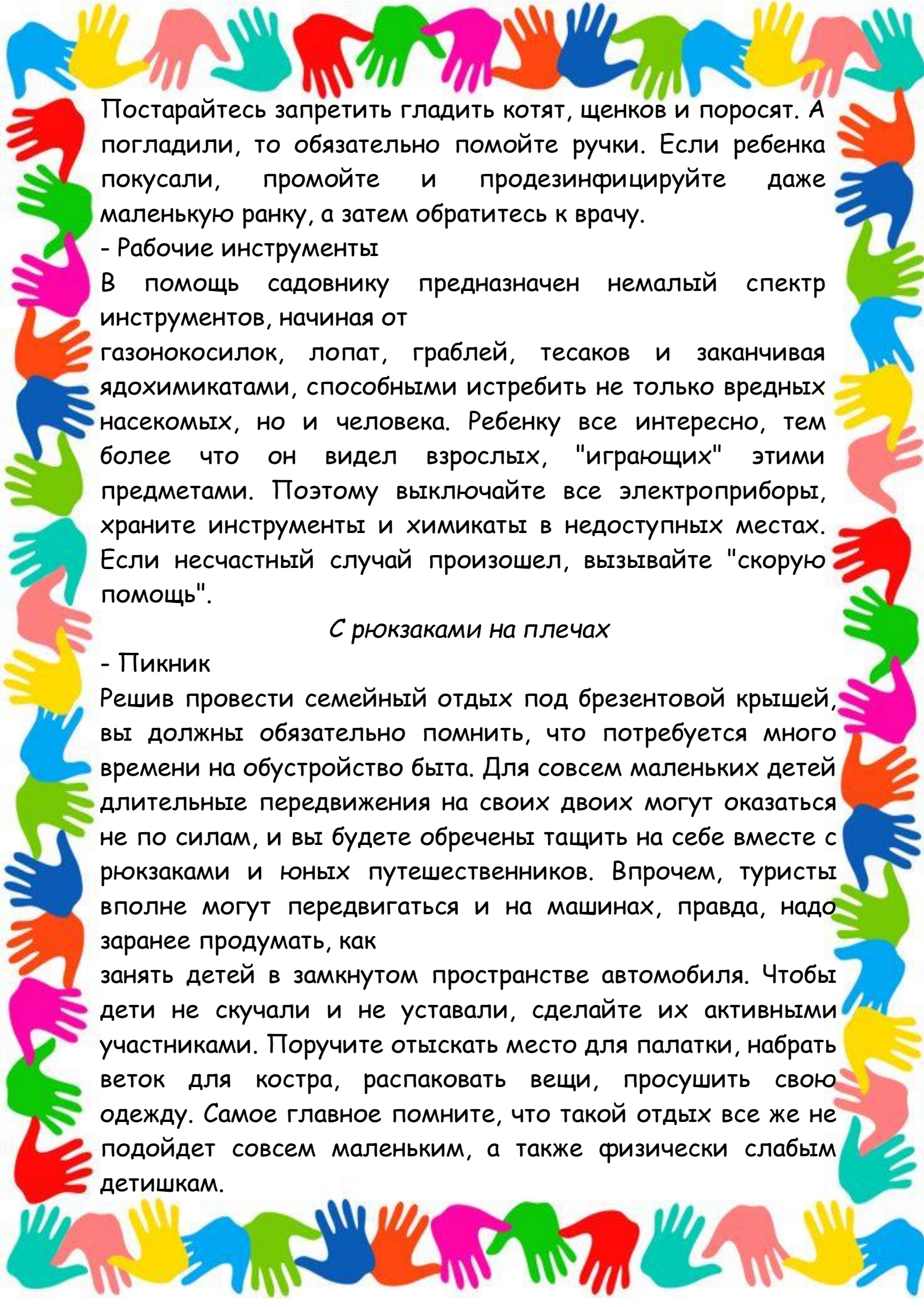
Используйте фумигаторы. Днем хорошо помогают специальные браслеты, пропитанные маслами лаванды и мелиссы (спрашивайте в детских магазинах).

Что касается ос, пчел и шмелей, то их укус пройдет без последствий, если напало только одно насекомое, у малыша нет аллергии к яду, и укус пришелся не на рот, шею, горло и лицо (это опасные для возникновения удушья места).

Примите простые и эффективные меры: наложите холодный компресс на место укуса, дайте ребенку болеутоляющее с парацетамолом. Если отек и краснота не прошли в течение суток обратитесь к врачу. И ни в коем случае не удаляйте жало пальцами. Вы можете раздавить мешочек с ядом. Избавиться от жала можно скользящими движениями ногтя по коже.

- Опасная живность

Не подпускайте детей близко к таким животным, как собаки, козы, коровы, свиньи, лошади, даже если они на привязи.



Постарайтесь запретить гладить котят, щенков и поросят. А погладили, то обязательно помойте ручки. Если ребенка покусали, промойте и продезинфицируйте даже маленькую ранку, а затем обратитесь к врачу.

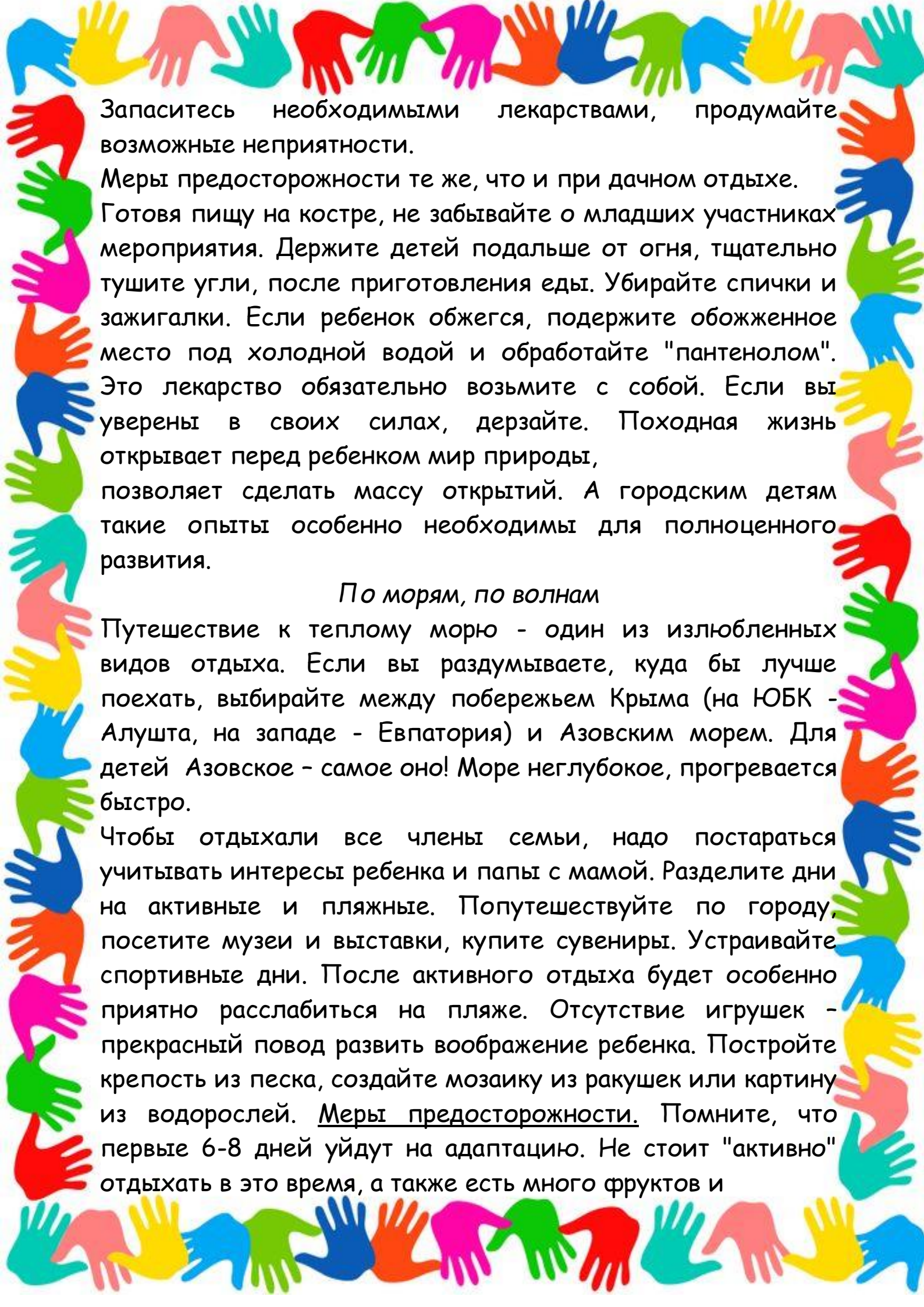
- Рабочие инструменты

В помощь садовнику предназначен немалый спектр инструментов, начиная от газонокосилок, лопат, граблей, тесаков и заканчивая ядохимикатами, способными истребить не только вредных насекомых, но и человека. Ребенку все интересно, тем более что он видел взрослых, "играющих" этими предметами. Поэтому выключайте все электроприборы, храните инструменты и химикаты в недоступных местах. Если несчастный случай произошел, вызывайте "скорую помощь".

С рюкзаками на плечах

- Пикник

Решив провести семейный отдых под брезентовой крышей, вы должны обязательно помнить, что потребуется много времени на обустройство быта. Для совсем маленьких детей длительные передвижения на своих двоих могут оказаться не по силам, и вы будете обречены тащить на себе вместе с рюкзаками и юных путешественников. Впрочем, туристы вполне могут передвигаться и на машинах, правда, надо заранее продумать, как занять детей в замкнутом пространстве автомобиля. Чтобы дети не скучали и не уставали, сделайте их активными участниками. Поручите отыскать место для палатки, набрать веток для костра, распаковать вещи, просушить свою одежду. Самое главное помните, что такой отдых все же не подойдет совсем маленьким, а также физически слабым детишкам.



Запаситесь необходимыми лекарствами, продумайте возможные неприятности.

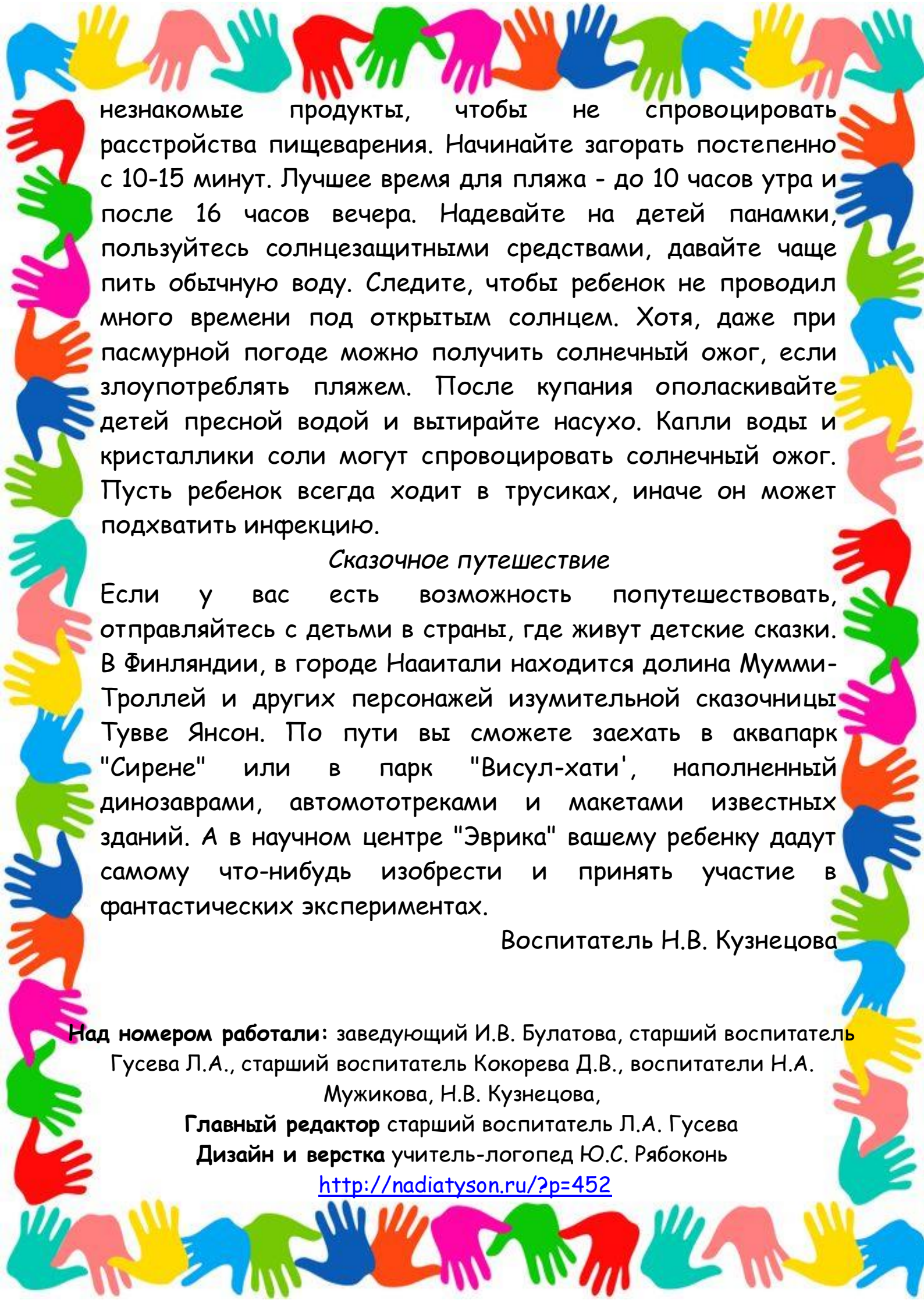
Меры предосторожности те же, что и при дачном отдыхе.

Готовя пищу на костре, не забывайте о младших участниках мероприятия. Держите детей подальше от огня, тщательно тушите угли, после приготовления еды. Убирайте спички и зажигалки. Если ребенок обжегся, подержите обожженное место под холодной водой и обработайте "пантенолом". Это лекарство обязательно возьмите с собой. Если вы уверены в своих силах, дерзайте. Походная жизнь открывает перед ребенком мир природы, позволяет сделать массу открытий. А городским детям такие опыты особенно необходимы для полноценного развития.

По морям, по волнам

Путешествие к теплему морю - один из любимых видов отдыха. Если вы раздумываете, куда бы лучше поехать, выбирайте между побережьем Крыма (на ЮБК - Алушта, на западе - Евпатория) и Азовским морем. Для детей Азовское - самое оно! Море неглубокое, прогревается быстро.

Чтобы отдыхали все члены семьи, надо постараться учитывать интересы ребенка и папы с мамой. Разделите дни на активные и пляжные. Попутешествуйте по городу, посетите музеи и выставки, купите сувениры. Устраивайте спортивные дни. После активного отдыха будет особенно приятно расслабиться на пляже. Отсутствие игрушек - прекрасный повод развить воображение ребенка. Постройте крепость из песка, создайте мозаику из ракушек или картину из водорослей. Меры предосторожности. Помните, что первые 6-8 дней уйдут на адаптацию. Не стоит "активно" отдыхать в это время, а также есть много фруктов и



незнакомые продукты, чтобы не спровоцировать расстройства пищеварения. Начинайте загорать постепенно с 10-15 минут. Лучшее время для пляжа - до 10 часов утра и после 16 часов вечера. Надевайте на детей панамки, пользуйтесь солнцезащитными средствами, давайте чаще пить обычную воду. Следите, чтобы ребенок не проводил много времени под открытым солнцем. Хотя, даже при пасмурной погоде можно получить солнечный ожог, если злоупотреблять пляжем. После купания ополаскивайте детей пресной водой и вытирайте насухо. Капли воды и кристаллики соли могут спровоцировать солнечный ожог. Пусть ребенок всегда ходит в трусиках, иначе он может подхватить инфекцию.

Сказочное путешествие

Если у вас есть возможность попутешествовать, отправляйтесь с детьми в страны, где живут детские сказки. В Финляндии, в городе Наантали находится долина Мумми-Троллей и других персонажей изумительной сказочницы Тувве Янсон. По пути вы сможете заехать в аквапарк "Сирене" или в парк "Висул-хати", наполненный динозаврами, автомототреками и макетами известных зданий. А в научном центре "Эврика" вашему ребенку дадут самому что-нибудь изобрести и принять участие в фантастических экспериментах.

Воспитатель Н.В. Кузнецова

Над номером работали: заведующий И.В. Булатова, старший воспитатель Гусева Л.А., старший воспитатель Кокорева Д.В., воспитатели Н.А.

Мужикова, Н.В. Кузнецова,

Главный редактор старший воспитатель Л.А. Гусева

Дизайн и верстка учитель-логопед Ю.С. Рябоконь

<http://nadiatyson.ru/?p=452>