

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида № 111»
муниципального образования города Братска

Новости от Золотой рыбки!



Октябрь 2016. Выпуск №2

28 октября Россия отмечает
международный праздник – День Бабушек и Дедушек!!!



Сегодня день самых любимых близких для каждого ребенка, ведь именно бабушки и дедушки всегда готовы побаловать малыша и сделать уступки там, где родители будут категорически против.

С Днем Бабушек и Дедушек!

Пусть они подольше будут здоровы и счастливы своим внукам.

28 октября Россия отмечает международный праздник – День Бабушек и Дедушек!!!



В России день бабушек и дедушек начали отмечать совсем недавно, в 2009 году. Он был создан при инициативе Цветочного Бюро Голландии, которое рекомендует в этот день порадовать бабушек и дедушек комнатными цветами. Представители этого самого Бюро считали странным, что в России не было никакого дня для выражения благодарности и любви старшим членам семьи, ведь, как известно, в нашей стране зачастую оба родителя работают, и воспитание и забота о детях ложиться на плечи бабушек и дедушек.

Неудивительно, что **датой праздника выбрали 28 октября ежегодно**, день, когда отмечали забытый **славянский праздник почитания семьи**. «В славянской культуре почитание семьи и уважение к старшим всегда играло особую роль. Сегодня старшие члены семьи продолжают оставаться источником любви и мудрости для каждого человека.

Поэтому мы уверены, что День бабушек и дедушек скоро приживется в России и станет доброй традицией».

Поздравляем, вас, родные,
Поздравляем Вас любя.
И в день бабушек и дедов,
Желаем счастья и удач!

Мы желаем Вам здоровья,
Быть счастливыми всегда.
Чтоб ни в доме, ни в работе
Не настигла Вас беда!

Мы желаем, чтобы дети
Были крепкими у Вас,
Внуки радость приносили
Каждый день и каждый час!



МЫ ЗА ЗОЖ

Как правило, в детском саду здоровый образ жизни реализуется в частности регулярными физическими нагрузками. Ежедневная зарядка, занятия физкультурой и танцами, подвижные игры на свежем воздухе являются обязательными практически в любом дошкольном учреждении. Не должны стать исключением и выходные дни. Недопустимо оставлять ребенка весь день дома перед телевизором – это чревато не только проблемами со здоровьем, но и развитием патологического стереотипа, при котором у дошкольника формируется представление об отдыхе именно как о пассивном «лежании» и «ничегонеделании». Старайтесь организовывать выезды на природу, посещать вместе спортзалы и стадионы, а в возрасте 5-6 лет вполне можно начинать заниматься некоторыми видами спорта в секциях.

Кроме активного развития костного скелета и мускулатуры рациональная физическая нагрузка учит дошкольника чувствовать свое тело и управлять им, к тому же движение активизирует аппетит, улучшает обмен веществ и пищеварительные процессы, тренирует волю и характер, дает ребенку массу позитивных эмоций.

О здоровье!

Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья —
Должен быть режим у дня.
Следует, ребята, знать —
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться —
На зарядку становиться!
Чистить зубы, умываться
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.

Кислородный коктейль – польза для детей и взрослых!



Кислородные коктейли с лопающимися пузырьками газа приводят в восторг всех детей без исключения. Получая заряд позитивных эмоций, они не задумываются о пользе напитка. И только со временем, когда предстоит принять решение о его назначении уже собственному ребенку, появляются вопросы: «Насколько полезен коктейль с кислородом для малыша?», «Можно ли пить такие коктейли детям в детском саду?», «Могут ли эти напитки нанести вред ребенку?»

В составе кислородного коктейля присутствуют три группы ингредиентов: жидкая часть (вода, молоко, сиропы, соки, отвары и экстракты лечебных трав и плодов); пенообразующие компоненты (раствор желатина, сироп корня солодки или яичный белок); кислород, составляющий до 95 % воздушной смеси. При выборе компонентов для жидкой части отказываются от маслянистых растворов и морсов, содержащих мякоть. В процессе приготовления они заметно снижают пенообразование, а значит – и наполнение напитка пузырьками газа. Популярны отвары из эхинацеи, шиповника, соки и сиропы из яблок, вишен, малины, груш. Из пенообразующих компонентов в настоящее время чаще используется корень солодки. Яичный белок таит опасность не только заразить сальмонеллезом, но и спровоцировать аллергическую реакцию у детей. Кислород добавляют из кислородного концентратора, портативного баллончика или баллона с медицинским кислородом.

Польза для детей

Загрязненная атмосфера городов заставляет ученых бить тревогу о качестве вдыхаемого воздуха. Вредные примеси промышленного производства, выбросы газов предприятиями, выхлопы продуктов сжигания топлива в двигателях автомобилей, токсичные соединения, применяемые в сельском хозяйстве – всего лишь небольшой перечень опасных добавок, которые попадают в наше тело при дыхании.

Детский организм наиболее чувствителен к недостатку кислорода. Быстрый рост и высокая физическая активность требуют большого количества энергии. Она освобождается и используется организмом только при наличии достаточных доз кислорода – основного участника окислительно-восстановительных реакций.



Сколько и когда можно пить?

Хотя переборщить с кислородным коктейлем трудно, существуют возрастные дозировки приема: порция детям дошкольного возраста (3-6 лет) не должна превышать 150 мл; младшим школьникам – 200 мл; подросткам (11-14 лет) – 250 мл. Детям дают пить коктейль один раз в день курсами по 10-15 дней. После перерыва 1-2 месяца курс можно повторить.

СХЕМА ПРИГОТОВЛЕНИЯ КИСЛОРОДНОГО КОКТЕЙЛЯ:



КАК ПРИНИМАТЬ КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ?

Рекомендуемая суточная доза кислородного коктейля: 1-2 порции в день

Рекомендуемая разовая порция кислородного коктейля для детей и взрослых:

ВОЗРАСТ	ОБЪЕМ ПОРЦИИ
3-6 лет	150 мл
7-10 лет	200 мл
11-14 лет	250 мл
Дети старше 14 лет и взрослые	250-300 мл

От всей души поздравляем воспитанников детского сада, отмечающих день рождения в ОКТЯБРЕ!!!



Группа «Мальки» - Муминова Анечка!
Группа «Ерши – малыши» - Мамошин Константин!
Чернов Роман! Черкалова Анюта! Дюпин Матвей!
Иванникова Лидия!
Группа «Капитошка» - Ярунина Танечка!
Группа «Весёлые рыбки» - Сафронов Матвей!
Группа «Морячок» - Галичников Кирилл!
Остроухов Антон! Шкляев Александр!
Группа «Кашалотик» - Держеев Илья!
Группа «Дельфинчики» - Викторова Полина!
Даниленко Дмитрий! Ломакин Тимофей!
Михеева Александра!
Группа «Осьминожка» - Пинигин Филипп!
Густов Максим! Кочетов Роман! Попов Максим!
Группа «Морские звёздочки» - Тычина Оленька!
Дробышев Мишенька! Кондаков Севушка!