

# Газета для любознательных родителей

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 101» г. Ярославль



## Д Е Н Ъ З А Д Н Ё М

Выпуск

№ 7

03.2024

### В этом номере:

- ◆ «Спортивный праздник удался!»  
(Морозова А.В.)
- ◆ «Праздник весны и 8 марта»
- ◆ «Дети о маме»  
(Бовина Е.С.)
- ◆ «Снятие эмоционального напряжения у детей»  
(Андреева Е.А.)
- ◆ «Развитие связной речи детей в семье»  
(Бахвалова Н.А.)

# Март

## С праздником!

*Удачи во всех начинаниях,  
здоровья, любви, исполнения  
задуманного, мира и тепла!*



# «Спортивный праздник удался!»



«Физическое воспитание – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость»

Великая ценность каждого человека – здоровье. Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание

родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед образовательным учреждением. Лучшая пропаганда здорового образа жизни – это занятие физкультурой и спортом. Физкультура, представляющая главный источник силы и здоровья, развивает смелость, решительность, прививает чувство коллективизма, дисциплины, а главное – волю к достижению цели.

И чтобы соединить воедино спорт и праздник мы решили провести спортивно-развлекательное мероприятие. Но сначала воспитатели совместно с музыкальным руководителем провели обширную работу с детьми: познакомили с родами войск и видами военной техники, научились маршировать и петь военные песни.



19 февраля 2024 года в нашем детском саду состоялись соревнования, посвящённые Дню защитника Отечества, в котором принимали участия ребята старших и подготовительных групп. В гости к детям прилетел шалун Карлсон и дети совместно выполняли различные задания.

Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды захватывали детей

на столько, что они не замечали происходящего вокруг. Все старались изо всех сил.

Благодаря прекрасным героям в зале царил смех, шум и веселье. Все были счастливы! А счастливые от восторга глаза детей – лучшая награда всем организаторам праздника...

Соревнования стали настоящим праздником спорта и здоровья!

Ребята поняли: чтобы завоевать победу – мало быть просто физически сильным. Необходимо при этом обладать достаточной целеустремленностью, силой воли, быть организованным и сообразительным, а главное быть КОМАНДОЙ.



По итогам соревнований победила ДРУЖБА!

Спортивные соревнования – это всегда праздник, а любой праздник должен выглядеть запоминающимся и увлекательным. Такие массовые, зрелищные мероприятия погружают в мир добра и красоты.

Наш спортивный праздник удался!

23 февраля – это замечательный праздник настоящих мужчин – и это не только те, кто служил. Настоящий мужчина – это тот, кто выполняет свои обещания, защищает и помогает тем, кто слабее. Не важно, в каком возрасте мужчина, главное, что он МУЖЧИНА!

*Статью подготовила:*

*Воспитатель Морозова А.В.*

# «Праздник весны и 8 марта»

Вернулось царство вешних дней:  
Звенит по камушкам ручей,  
Река шумит,  
И с криком стая журавлей  
Уж к нам летит.  
Смолою пахнет от лесов,  
Краснея, почки лепестков  
Вздохнули вдруг,  
И миллионами цветов  
Покрылся луг.



посвященные этому замечательному празднику. Дети подготовили для мам и бабушек концерт: выступали с песнями и танцами на радость своим родным и любимым. Конечно, звучало много теплых стихов о маме и бабушке.

Повеселиться от души в этот день детям помогали: художник, разноцветные краски, которыми наряжались дети, Бабушка, Леший и много других сказочных персонажей. Дети замечательно справились с заданиями, которые для них приготовили сказочные гости, поиграли с ними в веселые игры. Праздник, несомненно, принес в жизнь детского сада атмосферу весенней радости и счастья.

Наступила долгожданная весна. А это значит, что в начале марта мы отмечаем самый весенний, самый нежный и самый красивый праздник. 8 Марта- это день, который дети ждут, чтобы поздравить

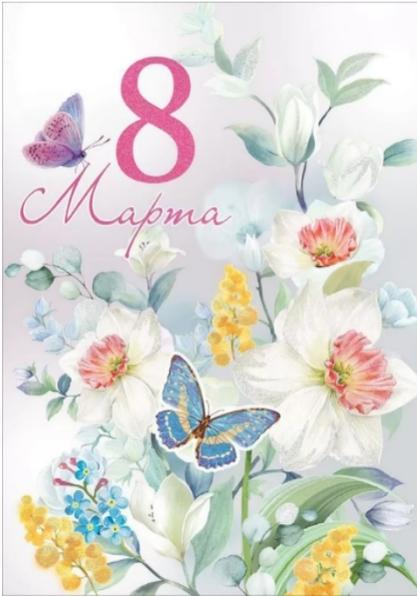
своих любимых мам, бабушек, сестер. Особых поздравлений удостаиваются наши любимые мамочки, ведь для каждого человека мама – самый близкий и родной человек на земле.



В преддверии женского праздника дети всех возрастов готовили мамам поздравления: поделки, рисунки, готовились к выступлению. С 5 марта в нашем детском саду начались утренники,



## «Дети о маме»



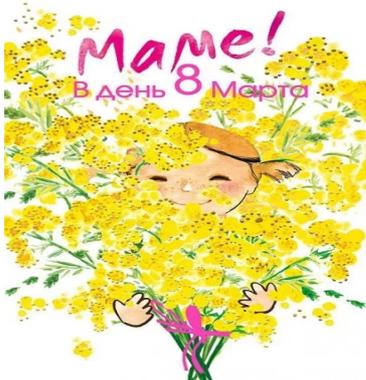
Весенний лучик  
пусть пробьется  
Пусть не скрывает  
солнце тень.  
С утра пусть  
каждый улыбнется  
Сегодня праздник  
– женский день!!!

Наступила  
долгожданная

весна. А это значит, что в начале марта мы отмечаем самый весенний, самый нежный и самый красивый праздник. 8 Марта- это день, когда дети ждут, чтобы поздравить своих любимых мам, бабушек, сестер.

Мама – мамочка - мамуля! Самое прекрасное слово на земле! Самое первое, что произносит человек. И на всех языках оно звучит одинаково нежно. У мамы самые добрые и ласковые руки, они всё умеют. У неё самое верное и чуткое сердце, в котором никогда не гаснет любовь. И сколько бы тебе не было лет – 5 или 50 тебе всегда будет нужна мама.

А вот, что наши дети говорят о своих  
мамах:



Моя мама добрая,  
любимая, славная.  
Она любит делать  
вкусные торты без  
сахара и моти. Я её  
очень люблю!  
(Вика Д. 6 лет).

Моя мама добрая и ласковая, но иногда бывает строгой. Мы любим путешествовать всей семьёй. А ещё очень любим делать

интересные поделки.  
(Катя К. 7 лет).

Моя мама красивая, добрая и милая. Она меня очень любит. Нам нравится вместе смотреть интересные фильмы и мультики.  
(Марат Б. 6 лет).

Моя мама милая и красивая. Мы любим с ней фантазировать и рисовать, а ещё смотрим вместе интересные мультики.  
(Лера К. 5 лет)



Моя мама хорошая, добрая и красивая. Она любит танцевать. мы всей семьёй ходим в магазины и в кино.  
(Саша Ф. 5 лет).

Моя мама красивая. Она любит ходить на фитнес и заниматься спортом. Всей семьёй мы любим отдыхать в жарких странах один раз в год.

(Даня В. 6 лет)



# «Снятие эмоционального напряжения у детей»

Наступила весна. Дети утомились от занятий, кружков и секций, нахождения «в рамках». Самое время напомнить ребенку, как справляться с перегрузками, и научиться самому не давать эмоциональному напряжению завладеть собой.



**Осознайте, что, если ваш ребенок начинает носиться и кричать во все горло – это значит, что у него внутри накопилось много психологического, физического и эмоционального напряжения, и его переизбыток просится наружу.**

Подумайте, есть ли в вашем семейном укладе жизни с ребенком пространство и время для своевременного гармоничного выхода таких напряжений. Вдруг вы никогда не разрешаете ему «разрядиться» естественным и свойственным ребенку способом – через тело, голос и дыхание?

**Нужно следить за тем, чтобы у ребенка была возможность для разрядки, а в те моменты, когда внутреннее напряжение вырывается наружу – не подавлять ребенка, не осуждать его, а прививать ему навыки социально приемлемого поведения.**

Если у ребенка начинается выплеск активности, вместо одергивания его и упреков в его адрес радуйтесь, что у ребенка внутренняя структура личности еще не «забита», он слышит естественные природные импульсы, помогающие самостоятельно сохранить хорошее здоровье и психику. **И помните о своей родительской задаче научить ребенка такому поведению, которое одновременно будет гармоничным и для него самого и для внешнего мира.**

Говорите ребенку, что вам нравится, как он двигается, прыгает и кувыркается, как он поет или что-то восклицает, какую игру или танец он придумал. Это хорошо, что он такой активный, сильный и веселый, что у него громкий голос.

**Предложите ребенку другую форму, другую возможность для свободного и спонтанного (если нужно – громкого, шумного, активного) выплеска его внутренней энергии.**

Приведу пример **ваших слов ребенку:** «Сыночек, я вижу, ты здорово научился прыгать! Это хорошо, что ты такой ловкий и сильный. Но у нас есть правило: дома на диване мы не прыгаем. А вот мы с тобой сегодня пойдём на прогулку, там на площадке есть батут, вот там я с

удовольствием посмотрю, как ты будешь прыгать. Там даже еще сильнее можно будет прыгать, ты там по-настоящему покажешь класс! А дома от прыжков у нас мебель будет портиться и вообще сломается. И мы с папой будем очень расстраиваться. Так что запоминай: прыгать хорошо – но обязательно в подходящем месте».

Существует большое количество упражнений, направленных на развитие эмоциональной сферы ребенка, снятие эмоционального напряжения. **Т.к. психическое напряжение вызывает мышечный тонус и приводит к эмоциональному всплеску, то расслабление мышц приводит к снижению эмоционального напряжения и способствует успокоению, восстановлению учащенного дыхания.**

Таким образом, **научив ребенка избавляться от мышечного напряжения, мы тем самым уменьшаем силу воздействия на него стрессовых ситуаций.**

Чтобы упражнения на снятие напряжения работали, необходимо потренироваться с ребёнком в их выполнении, тогда их легко можно будет «включить» в нужный момент.

## Упражнение «Возьми себя в руки»

«Как только вы почувствуете, что забеспокоились, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхватите ладонями локти и сильно прижмите руки к груди – это поза выдержанного человека».

## Упражнение «Надоедливая муха»

«Представь, что ты лежишь на пляже, солнышко тебя согревает, шевелиться не хочется. Вдруг муха прилетела и на лоб села. Чтобы прогнать муху, пошевели бровями. Муха кружится возле глаз — поморгай ими, перелетает со щеки на щеку — надувай по очереди каждую щеку, села на подбородок — подвигай челюстью и т.д.

И в заключение, **предложенные упражнения на снятие мышечного и эмоционального напряжения прекрасно позволяют расслабиться и взрослым**



Статью подготовила:  
педагог-психолог Андреева Е.А.

## «Развитие связной речи детей в семье»

Сложно переоценить значение связной речи, ведь это не только умение верно излагать свои мысли, правильно говорить, но и возможность познавать окружающий мир. Большое значение приобретает развитие связной речи в семье.

Для этого можно использовать все, что видит ребенок вокруг себя. Очень важно направлять внимание ребенка не только на предметы, но и на их детали. Необходимо рассматривая предмет, задавать ребенку вопросы: «Какого цвета? Из чего сделан предмет? Какой величины?» Следите, за тем, чтобы ребёнок отвечал полным предложением.

### Примеры игр и упражнений, которые могут использовать родители в домашних условиях

#### Игра «Что мы видим во дворе?»



Вместе с ребенком посмотрите в окно. По очереди перечисляйте то, что видно из вашего окна. Описывайте все увиденное в деталях.

Игра способствует развитию активной речи, наблюдательности, пополнению словарного запаса.

#### Игра «Вспомни случай»

Выберите с ребенком какое-то событие, в котором вы вместе недавно участвовали. По очереди рассказывайте друг другу, что видели, что делали. Припоминайте как можно больше деталей.

#### Игра «Всегда под рукой»

Нарисуйте на пальчиках малыша рожицы: одна — улыбающаяся, другая — печальная, третья — удивляющаяся. Пусть

на одной руке окажется два персонажа, а на другой, допустим, три. Малыш может дать персонажам имена, познакомить их между собой, спеть песенку или разыграть с ними сценку.



#### Игра «Выучи стихотворение»

Разучивание стихов является средством закрепления правильного



звукослогопроизношения, расширения словарного запаса, развития речи. Можно разучивать стихотворение с опорой на наглядные картинки, тем самым развивать и зрительную память.

#### Игра «Загадки»

Отгадывание загадок активизирует словарь детей. Ребенок учится выделять существенные признаки предметов. Загадки расширяют кругозор детей, тренируют внимание и память, развивают наблюдательность и логическое мышление. В процессе отгадывания загадок детям следует задавать наводящие вопросы.

Ежедневное общение родителей с ребёнком предоставляет множество возможностей для развития связной речи. Немного терпения и настойчивости, немного изобретательности и родительского внимания, — и ваш ребёнок придёт в школу с хорошо развитой речью.

Статью подготовила:  
Учитель-логопед Бахвалова Н.А.