

Кубано

Ежемесячная газета для детей и родителей

Что можно рассказать ребёнку о космосе и космонавтике?

С давних времён люди мечтали научиться летать как птицы. Мифический герой Икар сделал крылья из перьев и прикрепил их воском к спине. Ему удалось подняться высоко в небо. Но он слишком близко подлетел к солнцу, лучи солнца растопили воск, и Икар упал в море. С тех пор то море стало называться Икарыйское.

Люди и дальше пытались покорить небесное пространство. Сначала они поднимались в небо на воздушных шарах. Но ими невозможно было управлять. Куда дул ветер — туда и летел шар. Потом придумали дирижабль — управляемый воздушный шар. Он был очень большим и неповоротливым. Позже появились аэропланы. Потом — самолёты и вертолёты.

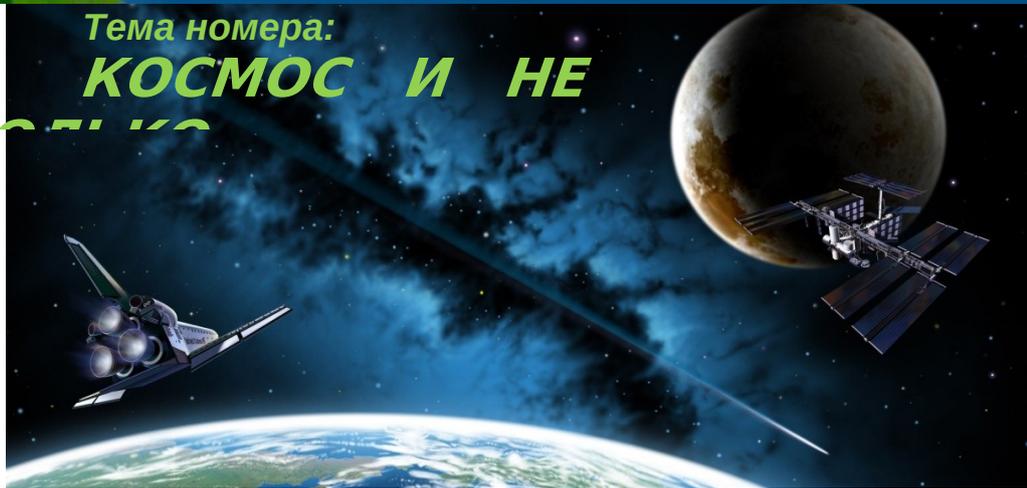
Однако люди не останавливались на достигнутом. Простой учитель Константин Эдуардович Циолковский придумал «ракетный поезд», прообраз современных ракет, на котором можно было бы долететь до звёзд и побывать на других планетах. Но, к сожалению, у Циолковского не было возможности изготовить этот аппарат. Только через много-много лет учёный-конструктор Сергей Павлович Королёв сконструировал первую космическую ракету.

Но до того, как отправить человека в космическое пространство, нужно было убедиться, что это возможно. Сначала в космосе побывали мыши, кролики, собаки. Животных специально дрессировали, приучали не бояться тряски и шума, терпеть холод и жару. Первыми животными, совершившими орбитальный космический полёт и вернувшимися на Землю невредимыми, стали советские собаки-космонавты Белка и Стрелка.

Воспитатель
Н.В. Сумеркина



Тема номера: КОСМОС И НЕ



ЗАЧЕМ ЧИТАТЬ РЕБЁНКУ КНИГИ ?

Читая книгу, ребенок создает свой собственный мир, определяет главного героя, с ним переживает. В фильме или компьютерной игре ребенку все подается на подносе - не нужно прилагать усилия и думать, чтобы понять сообщение.

Также чтение способствует быстрому улучшению языковых навыков у детей. Чтение сказки позволяет ребенку изучить правила правильного построения предложений, знакомит его с правилами орфографии. Кроме того, вечером чтение позволяет вашему ребенку успокоиться и расслабиться. Книжки также позволяют ребенку лучше понять мир. Подавайте своему ребенку хороший пример - читайте сами.

7 самых важных причин, почему «дети должны читать книги»:

- Чтение вслух стимулирует развитие детского мозга.
- Чтение вызывает любопытство и помогает ребенку понять себя и других. Дети быстро учатся на примере - имитируя.
- Чтение стимулирует развитие речи и улучшает память. Чтение также помогает в преодолении дислексии.
- Чтение формирует моральную чувствительность ребенка. Таким образом, вы инвестируете в моральное и интеллектуальное развитие ребенка.
- Книжки формируют положительный образ.

- особого вида эмоциональной связи между родителями и детьми. Чтение это способ проведения времени с ребенком.
- Чтение вслух с ребенком поможет ему преодолеть многие проблемы подросткового возраста.

Помните, что ежедневное чтение:

- ✓ Обеспечивает эмоциональное развитие ребенка
- ✓ Развивает речь, память и воображение
- ✓ Учит думать, улучшает концентрацию
- ✓ Укрепляет чувство собственного достоинства ребенка
- ✓ Расширяет общие знания
- ✓ Облегчает обучение, помогает добиться успеха в школе
- ✓ Учит моральным ценностям, помогает в воспитании
- ✓ Предотвращает зависимость от телевидения и компьютеров
- ✓ Формирует привычку читать и учиться на всю жизнь

Таким образом, мы возвращаемся к старым добрым способам проведения свободного времени. Читайте вашему ребенку каждый день!



Воспитатель
О.Г. Кострыкина

СВЕТЛАЯ ПАСХА

Слово ПАСХА означает переход от смерти к жизни, от Земли к Небу.

В новозаветной Церкви – это знамение того, что сам Сын Божий пришел от мира сего к Отцу Небесному, от Земли до Неба.

Пасха-главный из всех христианских праздников. Сказано о нем, что он столько превосходит торжества, даже Христовы и в честь Христа совершаемые, сколько Солнце превосходит звезды.

Не случайно именно в этот день все стремятся простить друг друга. Богослужение в этот день особенно торжественно, обряды особенно красивы, ибо Церковь Христова радуется о Воскресшем, о жизни вечной. Каждый христианин в этот день счастлив и умилен.

В день Пасхи возжигаются все свечи, а священники облачаются в самые торжественные одежды. Во время утрени начинается христосование-взаимное целование со словами: «Христос воскрес!» – «Во истину воскрес!» Обычай в этот день дарить друг другу красные яйца символизирует возрождение жизни из-под мертвой скорлупы. Красный цвет напоминает о пречистой крови Спасителя.

Пасха празднуется всю седмицу, которая называется светлой и являет собой один праздничный день.

В Светлое пасхальное Воскресенье, когда все близкие собираются вместе, с детьми можно поиграть в игры с пасхальными яйцами. Традиционной пасхальной игрой является следующая.

На полу освобождали ровное пространство, устанавливали деревянный либо картонный желобок, с которого запускали яйца. На пути яйца раскладывали всевозможные маленькие игрушки и сувениры. Дети по очереди катили яйца по желобу и забирали себе ту игрушку, с которой сталкивалось их яйцо.

Пасхальные игры для детей

Катание яиц.

Любимой пасхальной игрой на Руси было катание яиц: делали простой деревянный или картонный «каток», а вокруг него освобождали ровное пустое место, на котором раскладывали крашеные яйца, или маленькие призы, или игрушки. Играющие подходят по очереди к катку и катят свое яйцо; предмет, который яйцо тронет — выигран.

Чоканье яйцами.

Это тоже старинная русская забава: стучая тупым или острым концом крашеного яйца яйцо соперника, человек старается выиграть как можно больше целых яиц. Если яйцо треснуло — проиграл!

Эстафета с яйцом.

Играющие разбиваются на две команды и должны бегом с яйцом в ложке добраться до финиша и вернуться назад, чтобы передать яйцо следующему товарищу по команде.



Воспитатель
Л.В. Токаева

Учим стихи вместе!

«Пасхальный благовест»

С. Есенина

Колокол дремавший разбудил поля,
Улыбнулась солнцу сонная земля.
Понеслись удары к синим небесам,
Звонко раздается голос по лесам.
Скрылась за рекою белая луна,
Звонко побежала резвая волна.
Тихая долина отгоняет сон,
Где-то за дорогой замирает звон.

Отгадай-ка

Стоит столб на семь верст:
на осьмых воротах яблонь,
на яблоне цвет во весь свет
(Пасха)

«Воскресение Христово»

Проснулась я и слышу -
Весна стучит в окно!
Капель несется с крыши,
Везде светло-светло!
И кажется - не птицы,
А Ангелы летят.
О том, что скоро Пасха,
Они нам говорят.
(Автор: Н. Горчаков)

Травка зеленеет,
Солнышко блестит,
Ласточка с весною
В сени к нам летит.
С нею солнце краше,
И весна милей,
Прощебечь с дороги
Нам привет скорей!



ЗАРЯДКА – ЭТО ВЕСЕЛО!

Личный пример **родителей** для ребенка убедительнее всяких аргументов, и лучший способ привить крохе любовь к **физкультуре** – заниматься ею вместе с ним! Малыши обладают удивительным качеством: они подсознательно запоминают слова и поступки взрослых, даже копируют выражение лица. Это можно с успехом использовать для развития у крохи вкуса к **физической культуре**. Предлагаемые упражнения не представляют для взрослого человека особой сложности. Если ваши движения поначалу будут не слишком изящны, не комплекуйте, и, поверьте, у вас все получится! А кроха, ежедневно видя перед собой энергичную и веселую маму, учится верить в себя и быть оптимистом, это уже немало! Очень важен эмоциональный фон занятий. Учтите, что у малыша свои критерии в оценке любого дела: понравилось или не понравилось, было весело или скучно, получалось или нет. Для него важна и ваша оценка. Если мама сказала: «Молодец, у тебя все получается», – значит, так оно и есть!

- В непринужденной обстановке любое дело – в удовольствие. Поэтому больше улыбайтесь и шутите.
- Хорошая музыка создает настроение и задает ритм движений.
- Важно, чтобы каждое движение кроха выполнял с удовольствием и без лишнего напряжения.
- Чаще хвалите вашего маленького спортсмена за успехи.
- Старайтесь время от времени делать паузы, переключая внимание крохи на другие занятия.

1. Начните с простых приседаний. Старайтесь делать их одновременно, взявшись за руки. А затем представьте себя танцорами: приседая, выставляйте ногу вперед с упором на пятку. Это не так легко! Зато у вас улучшаются координация движений и осанка, укрепляются мышцы

2. Сидя на мягкой подстилке, малыш сгибает ноги и обхватывает их руками. Затем перекатывается на спину и возвращается в исходное положение. Так ребенок учится группироваться и мягко приземляться. А мама подстрахует его, держа за затылок.
3. Так здорово покачаться, держась за мамини руки. А тем временем кроха улучшает свою осанку, вырабатывает чувство равновесия, укрепляет мышцы спины и ног. Чтобы избежать травм при случайном падении, имеет смысл постелить на пол коврик.
4. Приятно, если удастся запустить бумажный самолетик дальше, чем мама! Выполняя эти незамысловатые движения, кроха развивает координацию движений. Маминя задача при этом – следить, чтобы малыш правильно делал замах, а не бросал самолет перед собой.
5. Мама и малыш сидят друг напротив друга, широко расставив ноги, и катают мяч. Освоив этот вариант, можно перейти к более сложному: у каждого – по мячу, и вы катаете их друг другу, стараясь, чтобы мячи не сталкивались. Следите за тем, чтобы малыш держал ножки прямыми. Ведь поглощенный игрой, он и не догадывается, что выполняет упражнение на растяжку!



Воспитатель
В.А. Сапрыкина

КАКИЕ ВИТАМИНЫ ЛУЧШЕ ПРИНИМАТЬ ВЕСНОЙ И ГДЕ ИХ НАЙТИ?

После зимних холодов, простудных заболеваний и недостатка солнца, человеческий организм особенно остро чувствует дефицит полезных веществ.

Авитаминоз - это заболевание характеризуется низким содержанием витаминов в организме из-за их недостатка в продуктах питания. Симптомами легкой степени недостатка витаминов являются: раздражительность, быстрая утомляемость, депрессии; сухость кожи, потеря ее тонуса, появление воспаления и раздражения кожных покровов; долго непроходящие трещинки в уголках губ; ломкость и выпадение волос; снижение иммунитета, подверженность простуде и вирусным инфекциям. Для детей и подростков необходимы витамины А, С, витамины группы В и кальций, которые выступают строительными материалами для растущего организма.

ГДЕ НАЙТИ ВИТАМИНЫ ВЕСНОЙ?

ВИТАМИН А в большом количестве содержится во фруктах и овощах оранжевого, темнозеленого и желтого цветов, а также в печени птицы и рыбы, молоке, сырах. Этот витамин благотворно влияет на зрение, поддерживает работу иммунной и эндокринной систем. Продукты: морковь, тыква, свекла, крапива, помидоры, кукуруза, красный перец, абрикосы, печень.



ВИТАМИНАМИ ГРУППЫ В, которые требуются всем группам населения, богаты продукты животноводства: мясо, молочные продукты, яйца. Ведь именно они влияют на обмен веществ в организме, нервную и эндокринную системы.

Витамин В1 Продукты: пшеничная мука грубого помола и продукты из нее, овес, гречка, рис, рожь, яичный желток, дрожжи, бобовые, орехи, говядина и свинина, спаржа, брокколи, брюссельская капуста.
Витамин В2 Продукты: дрожжи, злаки, молоко, мясо, рыба, яйца, свежие овощи, печень, почки, листовые зеленые овощи.



ВИТАМИН С в большом количестве содержится в петрушке, шиповнике, облепихе, цитрусовых.

Аскорбиновая кислота — отменный стимулятор работы иммунной системы. Кроме того, витамин С способствует уменьшению уровня холестерина в крови и восстанавливает нервную систему.

Продукты: цитрусовые, квашеная капуста, шиповник, киви, черная смородина, болгарский перец, все виды капусты, зеленый горошек, клубника, малина, зеленый лук, облепиха, шпинат.



ВИТАМИНОМ D, который способствует усвоению в нужном количестве кальция и магния в организме, является солнце. Принятие солнечной ванны стимулирует организм изнутри вырабатывать этот элемент. Однако зимой и ранней весной солнечный свет слаб и мал в объеме. Для восполнения запасов этого витамина нужно кушать больше жирной рыбы и сыров, а также пить молоко. Продукты: рыбий жир, икра, красная рыба, яичный желток, печень, сметана, сливочное масло, молоко и молочные продукты, хлеб из муки грубого помола.

ВИТАМИНОМ Е богаты бобовые и крупы, оливковое, кукурузное и соевое масла. Этот витамин является антиоксидантом: он работает на восстановление клеток организма, стимулирует действие иммунной системы. Продукты: растительное масло, семечки и орехи, яичный желток, шиповник, зеленые листья, зерна злаковых, ростки пшеницы, ягоды шиповника и облепихи, черешня, рябина. Таким образом, становится понятно, что все витамины жизненно необходимы детям.

ПИТАЙТЕСЬ ПРАВИЛЬНО САМИ И ПРАВИЛЬНО КОРМИТЕ ВАШИХ ДЕТОК, И ПУСТЬ ОНИ ВАС ТОЛЬКО РАДУЮТ!

