

"СТРАНА ДЕТСТВА"



*Ежемесячное дошкольное издание
МБДОУ "Инсарский детский сад "Солнышко"
Выпуск №6 Июнь 2020 г.*

Уважаемые читатели!

Выпуск этого номера посвящен долгожданному времени года - лету. В номере мы расскажем, как в детском саду прошел самый главный праздник – День защиты детей, а также расскажем об истории возникновения праздника.

12 июня – День России. В этом номере мы опишем историю этого праздника и планируем мероприятия с детьми в рамках празднования Дня России.

Международный день детей – это не только праздник для беззаботной ребятни, но и прекрасный повод для мобилизации мировой общественности в борьбе за сохранение здоровья подрастающего поколения, за равные права на получение образования и воспитания, за сохранение мирного неба над каждым ребенком. Этот день служит также напоминанием взрослой общественности, что уважение и соблюдение прав ребенка – это залог формирования благополучного, гуманного и справедливого общества.

Также в этой газете Вы узнаете много интересного из жизни МБДОУ «Инсарский детский сад «Солнышко».

Автор: редактор Т. А. Пузакова

Всероссийская акция #СвечаПамяти

Ежегодно в России проходит акция «Свеча памяти», посвященная началу Великой отечественной войны. Эта акция – дань памяти, уважения и скорби тем героям, которые погибли за нашу Родину. Это огонь памяти, который должен противостоять пламени войны.

Воспитанники МБДОУ "Инсарский детский сад "Солнышко" совместно с педагогами и родителями приняли активное участие в данной акции. Педагоги провели урок мужества с воспитанниками старших и подготовительных групп. В память о тех, кто пал на полях сражений, погиб от ран и болезней, была объявлена минута молчания и зажгли #СвечуПамяти.

ПОМНИТЕ! ЧЕРЕЗ ГОДА, ЧЕРЕЗ ВЕКА ПОМНИТЕ, О ТЕХ, КТО УЖЕ НЕ ПРИДЕТ НИКОГДА - ПОМНИТЕ!

*Автор: воспитатель второй младшей группы
Барашкина С. О.*



УКУСЫ НАСЕКОМЫХ - ЗАЩИТА И ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Пришло лето – пора отпусков, поездок на дачу и в лес на шашлыки. А так же это пора встреч с комарами, клещами, пчелами, осами и прочей живностью, которая в изобилии водится на природе и часто встречается в городах. И самое неприятное в этих встречах то, что они могут закончиться тем, что нерадивого отдыхающего могут покусать или ужалить. Сами по себе эти укусы-то не так страшны, как страшны, учитывая упорно растущую аллергизацию населения, осложнения в виде крапивницы, отека Квинке или даже анафилактического шока. Так же с укусом можно получить —подарочек в виде возбудителя какого-нибудь заболевания.

УКУСЫ КОМАРОВ

Обезопасит от укусов комаров ношение закрытой одежды в сочетании с использованием репеллентов. Если ночуете в палатке, то окна и входы должны закрываться москитной сеткой, которую тоже можно обработать репеллентами. Сами укусы доставляют неприятности своим зудом, от которого спасает протирание одеколоном, раствором соды или использование мазей типа «Спасатель».

УКУСЫ ПЧЕЛ, ОС, ШМЕЛЕЙ, ШЕРШНЕЙ

Для того чтобы вас укусила оса вовсе не обязательно играть в футбол на поляне осиным гнездом, а достаточно пройтись по продуктовым рядам на рынке или подойти к палатке со сладостями. Поэтому если у вас аллергия на их укусы, то имеет смысл держать при себе антигистаминный препарат даже при походе в магазин. При укусе пчелы в ране остается жало, которое нужно аккуратно удалить пинцетом. Если вы его сломаете, то наличие отломка жала в ране приведет к нагнаиванию, и ранка будет заживать много дольше. После этого к месту укуса надо приложить холод для снижения неприятных ощущений и уменьшения отека. Если вы аллергик, то стоит принять антигистаминный препарат – дозировка при укусах часто указана в инструкции к препарату. В случае нарушения сознания, появления одышки, судорог, рвоты, повышении температуры необходимо срочно обратиться за медицинской помощью. Так же надо обратиться к врачу при укусах корня языка, зева, так как в результате отека возможно развитие удушья.

УКУСЫ КЛЕЩЕЙ

Укусы клещей опасны переносом таких опасных инфекционных заболеваний, как конго-крымская геморрагическая лихорадка, клещевой вирусный энцефалит, клещевой боррелиоз. Поэтому если после укуса в течение нескольких дней у вас появились боли в мышцах, суставах, головные боли, лихорадка, обширные покраснения кожи, то необходимо срочно обратиться к врачу. Кстати, против клещевого вирусного энцефалита проводится вакцинация. Вопреки распространенному мнению, клещи обитают не на ветках деревьев, а в траве вдоль тропинок и опушек. Зацепившись за одежду, они вскарабкиваются до шеи и головы, где и присасываются. При укусе клеща рекомендуется не вытаскивать его самому, а сразу же обратиться в медицинское учреждение, где его удалят целиком. Если такой возможности нет, то удалять его надо очень осторожно, чтобы не раздавить и не разорвать. Смазывать клеща чем-либо так же не рекомендуется, так как в этом случае клещ может —опорожниться в рану, что может грозить серьезными осложнениями. После успешного удаления все равно стоит показаться к врачу-инфекционисту, причем хорошо, если с самим —виновником, предварительно посаженным в герметичный флакон. Уберечь от укусов клещей помогут закрытая одежда и использование специальных репеллентов.

Автор: воспитатель первой младшей группы

Маврушкина М. А.



Тепловой и солнечный удары

ТЕПЛОВОЙ УДАР. Остроразвивающееся болезненное состояние, обусловленное перегреванием организма в результате длительного воздействия высокой температуры внешней среды. Особенно подвержены перегреванию лица, страдающие сердечно-сосудистыми заболеваниями, атеросклерозом, гипертонической болезнью, пороками сердца, ожирением, эндокринными расстройствами, вегето-сосудистой дистонией.

Симптомы перегревания усугубляются при повышении влажности окружающей среды.

СИМПТОМЫ

Легкая степень: общая слабость; головная боль; тошнота; учащения пульса и дыхания; расширение зрачков.

При средней степени: резкая адинамия; сильная головная боль с тошнотой и рвотой; оглушенность; неуверенность движений; шаткая походка; временами обморочные состояния; учащение пульса и дыхания; повышение температуры тела до 39-40°C.

Тяжелая форма теплового удара развивается внезапно. Лицо гиперемировано, позже бледно-цианотичное. Наблюдаются случаи изменения сознания от легкой степени до комы, судорог, бред, галлюцинации, повышение температура тела до 41-42°C, случаи внезапной смерти. Летальность 20 - 30%.

ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ СРОЧНО!

- Устранить тепловое воздействие;
- удалить пострадавшего из зоны перегревания;
- уложить на открытой площадке в тени;
- вдыхание паров нашатырного спирта с ватки;
- освободить от верхней одежды;
- смачивание лица холодной водой, похлопывание по груди мокрым полотенцем;
- положить на голову пузырь с холодной водой;
- частое опаживание;
- вызвать бригаду скорой помощи.

ПРОФИЛАКТИКА

- В жаркие дни при большой влажности желателен выход на открытый воздух до 10-11 часов дня, позже возможно пребывание в зеленой зоне в тени деревьев.

- Выход из помещения только в головном уборе.

- Целесообразно основной прием пищи перенести на вечерние часы.

- Вместо воды можно пользоваться подкисленным или подслащенным чаем, рисовым или вишневым отваром, хлебным квасом (до 1,5-2 литров).

- Ограничение жирной и белковой пищи.

- Запрещение спиртных напитков.

- Одежда должна быть легкой, свободной, из хлопчатобумажных тканей, для постоянного испарения пота.

- Нецелесообразно чрезмерное употребление косметических средств и кремов как препятствующих нормальному функционированию кожных покровов.

- Ограничить лишние физические нагрузки (соревнования, длительные переходы).

- Исключить эмоциональное напряжение.

- В питании – овощи и фрукты.

*Автор: воспитатель второй младшей группы
Инякина И. В.*

Отдых с ребенком летом'

Лето прекрасное время года. Долгожданный отдых - это заслуженная награда за долгие дни работы, быта, заботы. Семейный отдых – это максимально возможное количество времени, которое вы можете уделить своему ребенку. Для ребенка – это долгожданное событие, которое он тоже ждал весь год. Чтобы отдых принес только удовольствие вам и вашему ребенку постарайтесь соблюдать **некоторые правила**:

- Если вы решили заниматься со своим ребенком, помните, что эти занятия должны быть короткими и проводить их лучше в утренние часы. Ваша задача расширять кругозор детей, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка.

- Следует помнить, что выезжая за город, или путешествуя по миру, следует обсуждать с ребенком полученные впечатления.

- Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и компьютера, проводите все свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол. Лето – это укрепление здоровья ребенка и от того как он отдохнет во многом зависит его здоровье весь следующий учебный год.

- Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребенок должен спать не менее 10 часов.

- Следите за питанием ребенка. Мороженое, газировка, фаст-фуд не принесет здоровья вашему ребенку.

- Выбирайте только те виды отдыха, которые устроят вас и вашего ребенка.

- Планируя экскурсию на отдыхе, обсудите с ребенком заранее, как он к этому относится, если реакция негативна, попробуйте найти компромисс. Попробуйте найти другую экскурсию, которая интересна и вашему ребенку. Советуйтесь с ребенком, будьте внимательным слушателем, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения (внимание, уважение, понимание).

- Собираясь на отдых с компанией, старайтесь брать людей своего круга, которые разделяют ваши интересы, со схожими материальными уровнями. Оптимально ехать на отдых со схожим составом семьи. Одинаковые заботы, одинаковые проблемы, взаимопомощь, уход за детьми.

Помните:

Отдых – это хорошо. Неорганизованный отдых – плохо! Солнце – это прекрасно. Отсутствие тени – плохо!

Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо! Экзотика – это хорошо. Заморские инфекции – опасно!

Впереди у вас три месяца летнего отдыха. Желаем вам интересного лета, хорошего настроения, здоровья!

Проводите больше времени на открытом воздухе в **ПОДВИЖНЫХ ИГРАХ**. Отправляясь на отдых с детьми за город, с компанией, не забывайте взять с собой необходимые атрибуты для игры, это могут быть мячи, ракетки, а также многое другое, на

что хватит выдумки. Подвижные игры с предметами (с массажным мячом, скакалками, обручем, другим сезонным спортивным инвентарём) соревнования, эстафеты будут способствовать развитию двигательной сферы ребёнка, а именно объёма, силы, переключаемости движений, хорошей координации и моторной реакции, научат формировать стратегию поведения, особенно игры с правилами.

ИГРЫ С МЯЧОМ

«Съедобное – несъедобное» - игроки стоятся в ряд, ведущий кидает мяч по очереди каждому из игроков, при этом произносит какое-нибудь слово. Если слово «съедобное», игрок должен поймать мяч, если «несъедобное» - оттолкнуть. Если игрок ошибается, то он меняется местами с ведущим.

«Назови животное (города, имена, фрукты, овощи и т. д.)» - игроки встают по кругу и начинают передавать мяч друг другу, называя слово. Игрок, который не может быстро назвать слово, выбывает из игры.

«Догони мяч» - игроки передают по команде мяч друг другу, стараясь, чтобы один мяч не догнал другой.

*Автор: воспитатель подготовительной группы
Поползухина И. И.*

«СТРАНА ДЕТСТВА»
Выпуск №6 от 29.06.2020
Тематический

*Адрес: Республика Мордовия,
г. Инсар, ул. Свенстера, д. 57А
МБДОУ «Инсарский детский сад
«Солнышко»
Тел. 8(83449)21809
Эл. почта: sadik-soilnyshcko@yandex.ru*

Шеф-редактор:
заведующая
Проказова Н. Г.
Редактор и
компьютерная верстка:
учитель-логопед
Пузакова Т. А.