

Газета для  
родителей

МАДОУ «Детский сад  
№2 общеразвивающего  
вида» с.Койгородок

# «КОЛОСОК»

Растем вместе!

Июль № 7 - 2024



*Этот месяц самый  
яркий,  
Самый пестрый,  
самый жаркий.  
Липа сладкая цветет,  
Первый боровик  
растет,  
Зацветает в поле  
рожь,  
Грозы нагоняют  
дрожь,  
Пчелы мед таскают в  
ульи.  
Это все пришло в  
ИЮЛЕ.*

*Диана Еловикова*

## **Читайте в номере:**

- 1. Растем вместе: О празднике «День любви, семьи и верности» для детей*
- 2. Консультация для родителей «Здоровый образ жизни в семье»*
- 3. Правила безопасности в лесу.*
- 4. Рубрика «Советы доктора» Питьевой режим летом. Что нужно знать.*
- 5. События месяца, немного обо всем.*

**2024**  
ГОД СЕМЬИ

## О празднике «День любви, семьи и верности» для детей



*Отмечает вся страна  
День Февронии и Петра.  
Праздник хоть и молодой  
Очень он для нас родной.  
Пожелать хотим любви  
И судьбу свою найти.  
Крепкую семью создать,  
Чувства ваши сохранять.*

Современный День семьи, любви и верности приурочен к отмечающему на Руси дню памяти Петра и Февронии Муромских. Эти святые являются покровителями брака и супружеской любви. Их союз выдержал не мало испытаний судьбы и стал воплощением любви и искренности, уважения и преданности друг другу. Это про них сказано: жили долго и счастливо и умерли в один день.

Праздник появился не так давно – в 2008 году и теперь каждый год 8 июля люди с радостью встречают этот день, который знаменует собой торжество любви и семьи. Это один из немногих праздников, который был поддержан как Церковью, так и государством. В этот день многие пары желают сочетаться браком.

История любви Петра и Февронии удивительная, ведь это история верности и настоящей верности друг другу.

### **ПЕТР И ФЕВРОНИЯ МУРОМСКИЕ: ИСТОРИЯ ЛЮБВИ**

Петр был младшим братом Павла – князя, правившего в Муроме. Жизнь в Муроме проходила спокойно, пока в городе не объявился змей, который начал соблазнять народ пороками и грехами. Одолеть вражеского змея вызвался Петр. В ходе поединка Петр с помощью Агрикова меча погубил чудовище, но сам был серьезно ранен.

После боя все тела Петра покрылось ранами, горевшими адским огнем.

Все попытки излечиться от неведомой болезни завершились неудачами. После того, как Петр смирился с этим несчастьем, ему во сне было ведение о простой и прекрасной девушке Февронии, способной освободить молодца от страшного недуга. Узнав о болезни Петра, Феврония пообещала излечить его, с условием, что после выздоровления Петр женится на ней. Он пообещал исполнить её просьбу. Феврония быстро смогла избавить Петра от недуга. Но князь не сдержал обещания и не повел девушку под венец. Возможно, именно из-за этого старая болезнь вновь обрушилась на него, да еще и с большей силой.

Во второй раз девушка так же не отказала в помощи и излечила княжича. После этого

Петр сочетался с девушкой браком, и с тех пор влюбленная пара жила в любви и согласии без ссор и обманов.

После смерти старшего брата власть должна была перейти к Петру. Бояре не смогли смириться с простым происхождением новой княгини Февронии. Князя поставили перед выбором: либо выгнать супругу, либо оставить пост правителя. Недолго думая, Петр отрекся от власти и принял решение покинуть город.

В течение всего времени изгнания Феврония поддерживала своего возлюбленного.

К счастью, жизнь в лишениях княжеской пары продлилась недолго.

После их ухода в городе начались беспокойства. Бояре, наконец, поняли, что им не обойтись без мудрого правителя. За Петром были посланы гонцы, которые уговорили Петра вернуться в город и править вместе с женой.

В любви княжеская пара прожила до самой старости. Они усердно просили Бога об упокоении в одно и то же время и поживании в одном гробу, чтобы и на небесах не покидать друг друга. Все свершилось по их желанию: они покинули этот мир в один день и в один час, а именно 8 июля. Несмотря на то, что Петр и Феврония просили похоронить их вместе - это не было исполнено: их положили порознь. Но на утро тела любящих супругов оказались рядом, после чего их больше не решились разлучить. Петр и Феврония – замечательный пример крепкой семьи и настоящей любви. Оставление престола во имя любви – удивительный подвиг, который засвидетельствовал высшую ценность семьи для Петра, его осознание того, что подлинное счастье дает не престол, не деньги и не власть, а любовь в семье.

Мощи святых покоятся в Свято-Троицком женском монастыре в Муроме. Круглый год сюда со всей России приезжают паломники, чтобы помолиться и попросить у них помощи. Считается, что святые оберегают супружеский союз, помогают укрепить семейные узы, даруют мир в доме.

### **СИМВОЛ ДНЯ СЕМЬИ, ЛЮБВИ И ВЕРНОСТИ**

Этот праздник ассоциируется с прекрасной ромашкой. Предложение использовать ромашку в качестве символа праздника поступило от супруги известного политика Дмитрия Медведева Светланы. Действительно, этот цветок отражает чистое чувство любви между 2 сердцами: белый цвет лепестков символизирует чистоту, а ярко-желтое солнце, соединяющее все лепестки, говорит о крепкой семье. Именно с таким растением ассоциируются чистота, невинность, любовь и молодость. Ромашка, порой, способна сказать о любви больше, чем изысканные и дорогие цветы. Ромашка - составляющая венка, который плетут незамужние девушки для гаданий, свидетельствующая о непорочности, нежности. На языке цветов ромашка говорит о верности, счастье и простоте. Кроме того, время цветения ромашки выпадает на середину лета, поэтому в июльские дни найти ромашку не составит труда.

### **МЕДАЛЬ**

Через некоторое время после первого празднования День семьи обрел собственную медаль. Эту медаль, как награду, вручают семейным парам, живущим долгое время в любви. Особое внимание уделяется многодетным родителям, состоящим в браке более 25 лет.

## Здоровый образ жизни в семье

### Здоровый образ жизни в семье предусматривает:

- воспитание у детей желания заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму (очень важен личный пример родителей);
- формирование основных двигательных привычек, связанных с ходьбой, бегом, лазаньем, прыжками (создать дома спортивный уголок);
- развитие двигательных качеств: скорость, ловкость, гибкость, сила и др. (играйте с детьми в подвижные игры дома и на воздухе);
- желание сохранять красивую ровную осанку;
- обеспечение профилактики нарушения зрения, слуха (умеренное использование компьютера, просмотр телепередач);
- своевременное предупреждение возникновения неадекватного поведения ребенка, невроза.



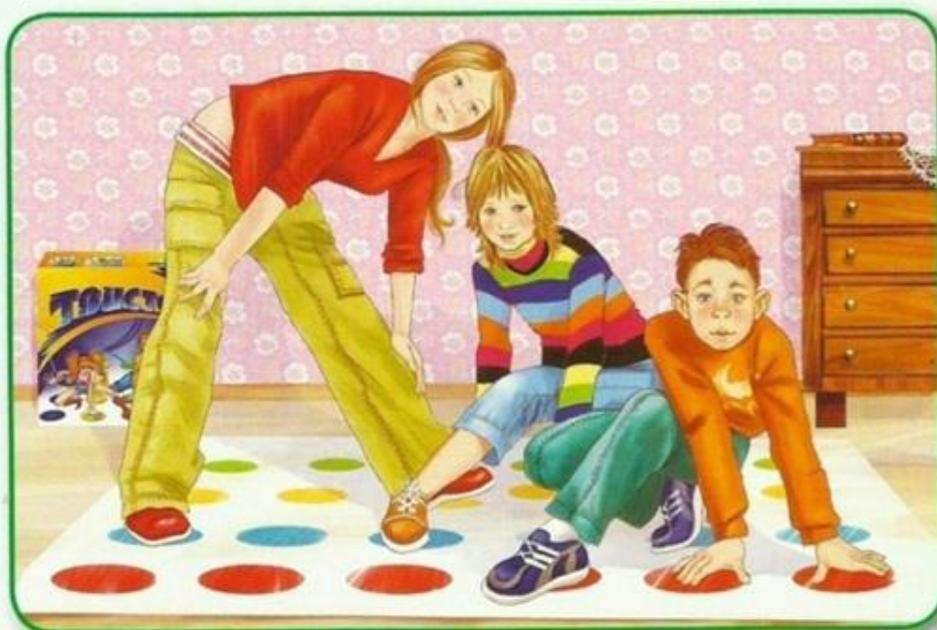
## Здоровый образ жизни семьи

Забота о развитии и здоровье ребенка начинается в семье, с решения вести здоровый образ жизни.

**Здоровый образ жизни — это:**

- благоприятный эмоциональный климат в семье, дружеские взаимоотношения между родителями и детьми;
- ответственное отношение родителей к здоровью ребенка, культура здоровья;
- благоприятные условия для физического и психического развития ребенка;
- правильно организованная рациональная пища;
- соблюдение дома режима дня для ребенка;
- отрицательное отношение взрослых к алкоголю и курению;
- достаточная трудовая активность, привлечение детей к посильной работе;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм;
- умеренные требования к ребенку, общие игры, проведение досуга (отдых вместе, прогулки в лес, парк, на каток, лыжные прогулки, общее чтение, рисование и т. п.).

Очень важно быть доброжелательным и вежливым человеком и учить быть таковыми своих детей.



## Полезные привычки

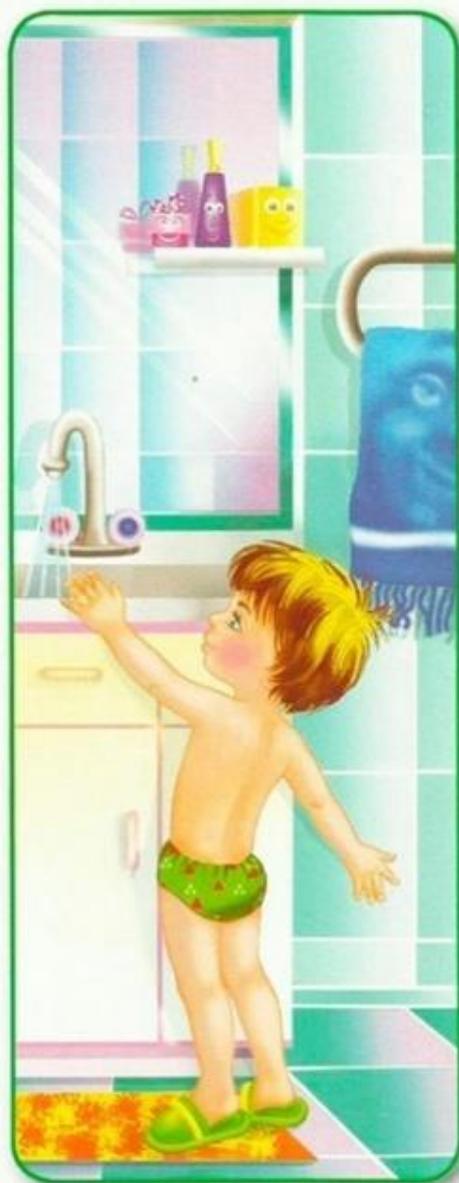
Все привычки, которыми должен овладеть ребенок дошкольного возраста, можно объединить в две большие группы.

### Привычки личной гигиены:

- пользоваться только личными предметами туалета;
- следить за состоянием одежды, обуви;
- любить чистоту;
- мыть руки перед приемом пищи;
- каждое утро делать гимнастику;
- выполнять закаливающие процедуры;
- правильно ухаживать за зубами;
- уметь пользоваться туалетной бумагой и т. п.

### Привычки культурного поведения:

- не кричать, а вежливо просить;
- благодарить взрослых (ровесников) за выполненную просьбу (пожелание);
- не мешать другим детям и взрослым за столом, на занятиях, на прогулке, в спальней комнате, при раздевании;
- входя в помещение с улицы, вытирать ноги;
- ставить на место игрушки, книжки после действий с этими предметами;
- здороваться и прощаться;
- уступать место взрослым, мальчики должны уступать место девочкам;
- проявлять заботу о младших и т. п.



## Режим ребенка

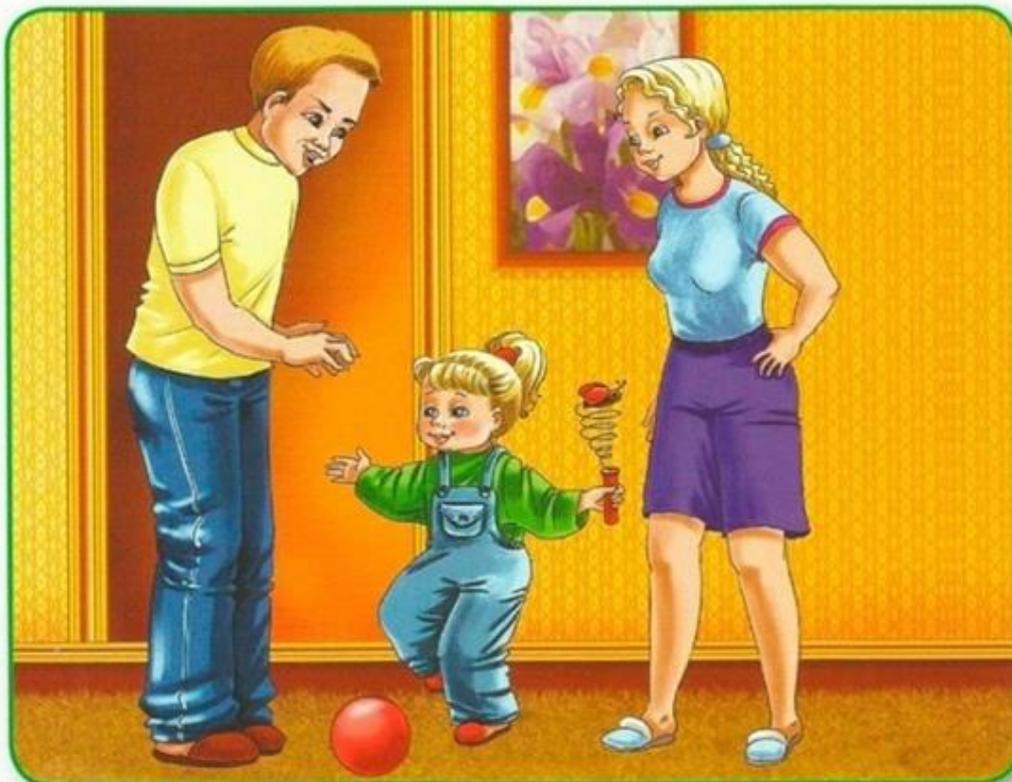
**Режим ребенка** — это правильное распределение во времени и правильная последовательность в удовлетворении основных физиологических потребностей организма ребенка: сон, прием пищи, общение с внешним миром.

**Режим** — основа биоритмов в деятельности организма, которые содействуют нормальному функционированию внутренних органов.

Правильный режим обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, содержит оптимальные условия для физического и психического развития ребенка.

При составлении режима дня учитываются вековые и индивидуальные особенности ребенка. Переводить малыша на следующий вековой режим следует постепенно, если он физиологически уже подготовлен к этому переходу.

Родители должны знать, что в детском садике режим дня строится согласно возрасту детей, поэтому дома, в выходные и праздничные дни, или во время болезни ребенка, важно придерживаться этого же режима дня — это является условием сохранения здоровья ребенка.



## Закаливание

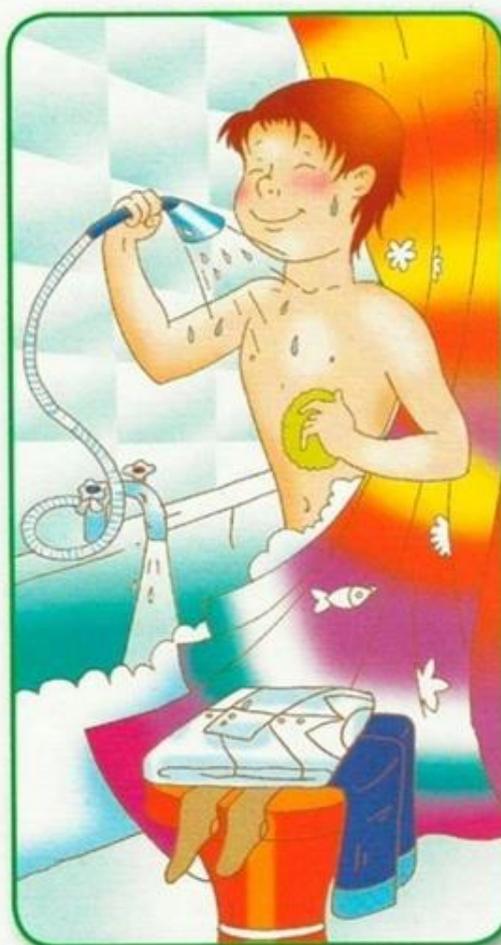
**Закаливание** — один из основных способов повысить сопротивляемость организма к колебаниям температуры окружающей среды и к простудным заболеваниям.

Существует несколько принципов, которых надо придерживаться, чтобы получить положительный эффект от закаливания:

- систематичность проведения закаливания во все времена года;
- постепенность увеличения силы влияния;
- учет индивидуальных особенностей и эмоционального состояния ребенка (состояние его здоровья, условия жизни, среда и индивидуальные качества организма).

### Закаливающие процедуры с детьми:

- облегченная одежда в помещении;
- одежда, соответствующая временам года;
- соблюдение температурного режима с детьми;
- воздушные ванны;
- утренняя гимнастика;
- гимнастика после дневного сна;
- дыхательные и звуковые упражнения;
- хождение босиком;
- обтирание водой;
- обмывание ног водой;
- солнечные ванны;
- свето-воздушные ванны.



## БЕЗОПАСНОСТЬ В ЛЕСУ



В лес можно ходить только со взрослыми!



Нельзя разжигать костёр в лесу



Не оставляй мусор в лесу!



Одевайся правильно!



Не обижай животных!



Не трогай незнакомые растения, ягоды и грибы!

Лето – это прекрасное время для активного отдыха. Хочется выехать на природу, погулять по лесу. Перед выездом на природу родителям стоит побеседовать со своими детьми о том, как себя вести в лесу.

### Основные правила безопасности в лесу для детей:

- дети любого возраста должны ходить в лес исключительно со взрослыми. Самостоятельные прогулки по лесному массиву не допускаются ни при каких обстоятельствах;
- одежда должна быть яркого цвета, так как она лучше заметна на фоне листвы;
- для того чтобы защититься от укусов клещей, необходимо воспользоваться репеллентами. Брюки необходимо заправлять в сапоги, гольфы или носки с плотной резинкой, а верхнюю часть одежды – в брюки. Манжеты рукавов должны плотно прилегать к руке, а ворот рубашки и брюки должны иметь плотную застёжку, под которую не может проползти клещ. На голову нужно надеть капюшон, косынку или шапку, заправив туда волосы;
- во время нахождения в лесу не следует углубляться далеко в чащу. Необходимо обязательно держать в поле зрения тропу или другие ориентиры – железную дорогу, газопровод, высоковольтную линию электропередач, дорогу для движения автомобилей и так далее;
- при себе всегда следует иметь компас, бутылку с водой, мобильный телефон с достаточным уровнем заряда батареи (Power Bank для того чтобы зарядить телефон), нож, спички и минимальный набор продуктов;
- если ребенок отстал от сопровождающих его взрослых и заблудился, он должен оставаться на месте и кричать как можно громче;
- нельзя есть любые незнакомые ягоды и грибы, они могут оказаться ядовитыми;
- нельзя уходить далеко вглубь леса. В глубоком лесу встречаются болота, дикие звери, ядовитые змеи и т.д.;

- ни в коем случае нельзя разжигать костер самостоятельно, без помощи взрослых. Большинство пожаров в лесу, от которых погибают тысячи деревьев и живых существ, происходят именно по вине людей, которые пренебрегают правилами пожарной безопасности;

- мусор нужно забрать с собой, чтобы не загрязнять природу. Стекло, жевательные резинки могут навредить животным и птицам;

- нельзя ломать цветы, кустарники, ветви деревьев, тем самым наносится вред природе;

- нельзя забирать детенышей диких животных домой! Во-первых, они могут быть переносчиками заразных заболеваний. Во-вторых, есть риск, нападения матери детеныша;

- нельзя разрушать гнезда птиц, разрушать муравейники, ловить шмелей, бабочек, стрекоз, божьих коровок. Погубив их, вы поставите под угрозу природу;

- ходите в лесу можно только по тропинкам, чтобы не вытоптать растительность и почву, так как могут пострадать травы и многие насекомые;

- нельзя ломать ветки кустарников и деревьев, делать памятные надписи на них, срывать цветы;

- не стоит самостоятельно отправляться на поиски потерявшегося товарища, можно заблудиться самому. Нужно незамедлительно сообщить об этом старшим;

- выбраться из леса необходимо до наступления темноты.

Родители, регулярно напоминайте своим детям правила поведения в лесу. Помните, что лесной массив – это место повышенной опасности, в котором очень легко заблудиться, но при этом весьма затруднительно выбраться. Находясь в лесу вместе со своим сыном или дочерью, старайтесь не спускать с него глаз.

Сохранность природы – долг каждого, кто хоть раз заходил в лесные чащи. Соблюдайте правила безопасности, тогда после отдыха на природе у вас останутся только приятные воспоминания.

## Советы доктора

### Питьевой режим летом. Что нужно знать!

Питьевой режим -залог отличного лета!

Лето – лучшее время для укрепления здоровья детей!

В жаркое время года детям необходимо дополнительное питье.

Вода способствует транспортировке питательных веществ к клеткам и тканям, обеспечивает процесс пищеварения, выводит все вредные вещества из организма.

Вода необходима человеку для поддержания всех жизненно важных процессов в организме. Нужно помнить, что недостаток жидкости в детском организме приводит

к обезвоживанию, которое у детей происходит гораздо быстрее, чем у взрослых людей. Поэтому летом, когда ребенок много времени проводит на открытом воздухе в активных играх, нужно периодически пополнять организм жидкостью ещё до наступления чувства жажды.

Что лучше всего пить ребенку? Самым необходимым, полезным и жизненно-важным напитком для ребенка является чистая питьевая вода! В качестве альтернативы может использоваться более полезное питье, например, морсы, которые можно готовить как из свежих, так и из замороженных ягод, фруктовые или овощные фреши, компоты из сухофруктов.

## События месяца, немного обо всем!



"День Семьи, Любви и Верности" - совсем еще молодой праздник в нашей стране, но такой нужный! Для всех в этих понятиях - семья, любовь и верность - скрыто что-то свое, но вместе с тем мы все ощущаем тепло, поддержку, спокойствие, счастье, если у нас есть семья. Там, где семья, там любовь и верность.

Для взрослых семья - это, прежде всего, ребенок, а для малыша семья - это мама, читающая на ночь сказки, и папа, строгий в меру, но лучший друг и отличный напарник по игре в футбол.

8 июля 2024 года в нашем детском саду прошел тематический день, посвященный празднику "День семьи, любви и верности". Символом праздника любви стала ромашка - цветок, который пользуется особой популярностью у всех влюбленных. Действительно, этот цветок отражает чистое чувство любви между двумя сердцами: белый цвет лепестков символизирует чистоту, а ярко-желтое солнце, соединяющее все лепестки, говорит о крепкой семье.

С самого утра на улице звучали песни о семье. С детьми были проведены беседы: «Я люблю маму и папу», «Ромашка - символ семьи, любви верности», «Семья в жизни человека».

Ребята с большим удовольствием играли в подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые игры, просматривали видеоролики и слайд шоу по данной теме, работали в

творческих мастерских, пели и танцевали. Они рассказывали о своей семье, о том, как они проводят время с мамой и папой. Воспитанники с большой любовью отзывались о своих братьях и сестричках, о старших членах семьи - бабушках и дедушках! А завершился этот праздничный день рисунками на асфальте. И в заключение, хотелось бы привести слова выдающегося педагога В.А. Сухомлинского: «Ребенок - зеркало семьи; как в капле воды отражается солнце, так в детях отражается нравственная чистота матери и отца». Умеющий слушать да услышит...



*Как превратить скучные асфальтированные дорожки в веселые развлечения? Нашей дружной командой сотрудников детского сада мы с провели первый этап. Вооружившись красками и интересными идеями, мы подготовили для наших воспитанников небольшой сюрприз. Пусть будет каждый день в детском саду у них ярким, запоминающимся и веселым)*



Лето – удивительная и благодатная пора, когда детям можно насладиться прогулкой на свежем воздухе, побегать, попрыгать. Задача коллектива детского сада – организовать жизнь в летний период таким образом, чтобы дошкольники провели его с радостью, удовольствием и получили заряд бодрости. Важнейшей задачей дошкольного учреждения является такая организация летней работы с детьми, которая позволит заполнить их досуг интересной и полезной деятельностью. Создание позитивной для детей атмосферы.

