

**Газета для родителей**

***Детский сад – дом для детей. Мы, взрослые, верим в то, что, приходя в этот дом, дарим детям радость общения, становимся друзьями и партнерами во всех делах.***

***Выпуск 18 /март – 2017/***

* **Будь здоров! – Рациональное питание детей –** заведующая Воробьева Т.В.
* **Новое в образовании – Современные развивающие игры для дошкольника –**  воспитатель Бекенёва Н.А.
* **Советы специалиста: - Развитие речи ребенка 5-7 лет –** учитель-логопед Куприянова Н.В.
* **Фотоотчет о деятельности дошкольного учреждения.**

**Рубрику «Будь здоров!»**

**ведет заведующая Татьяна Валентиновна Воробьева**

**РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ**

Здоровье детей во многом зависит от правильного четко организованного питания. Пища должна не только количественно, но и качественно отвечать физиологическим потребностям и возможностям детского организма.

Рациональное питание детей – необходимое условие обеспечения здоровья, устойчивости к действию инфекции и других неблагоприятных факторов, способности к обучению и работоспособности во все возрастные периоды.

В связи с этим организация рационов питания во время воспитательного и учебного процесса является одним из важных факторов профилактики заболеваний и поддержания здоровья детей, а обеспечение полноценного и безопасного питания дошкольников является приоритетным направлением в осуществлении государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

Под правильно сбалансированным питанием понимается питание, полностью отвечающее возрастным физиологическим потребностям детского организма в основных пищевых веществах и энергии.

Закупка продуктов питания производится по договорам с поставщиками. Все продукты имеют санитарно-эпидемиологическое заключение. Качество продуктов проверяется и не допускаются к приему продукты без сопроводительных документов, с истекшим сроком хранения.

В детском саду осуществляется сбалансированное пятиразовое питание в соответствии с возрастными и физиологическими потребностями. 

Согласно постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 26 от 15.05.2013 с 01 августа 2013 года введены в действие санитарно-эпидемиологические правила и нормы (далее – санитарные правила) СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях», направленные на охрану здоровья детей при осуществлении деятельности по их воспитанию, обучению, развитию и оздоровлению в дошкольных организациях независимо от их вида, организационно-правовых форм и форм собственности. Настоящими санитарными правилами установлены санитарно-эпидемиологические требования как к организации питания в детском саду, так и к составлению меню для организации питания детей разного возраста.

При подготовке меню учитываются очень важные условия – максимальное разнообразие блюд с обязательным введением в него всех групп продуктов, включая мясные, рыбные, молочные продукты, свежие фрукты и овощи в натуральном виде, а также исключение частой повторяемости блюд и течение срока действия меню.

Норма физиологических потребностей детей в пищевых веществах и энергии (в день), выдаваемая в детском саду.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Норма потребности в день | Энергети  ческая ценность | Белки в граммах | | Жиры в граммах | Углеводы в граммах |
| 75% от нормы | 1350 | 40,5 | 24,3 | 45 | 195,75 |

25% потребности детей в пищевых веществах и энергии должны дать дома родители.

Все блюда – собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами.

При кулинарной обработке пищевых продуктов соблюдаются следующие санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд: варка, тушение, приготовление на пару.

ПриложениеN 13 к СанПиН 2.4.1.3049-13

Суммарные объемы блюд по приемам пищи

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст детей | Завтрак | Обед | Полдник | Ужин |
| 2-7лет | 400-550гр | 600-800 | 250-350 | 450-600 |

Распределение общей калорийности суточного рациона питания детей в зависимости от времени пребывания ребенка в ДОУ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Для детей с дневным пребыванием  в детском саду  (12 часов) | Энергети  ческая ценность (в калл) | Белки в граммах | Жиры в  граммах) | Углеводы в граммах) |
| Завтрак – 25% | 337,5 | 13,5 | 15 | 65,25 |
| Обед – 35% | 472,5 | 18,9 | 21 | 91,35 |
| Ужин- 15% | 202,5 | 8,1 | 9 | 39,15 |
| Всего-75 % | 1012,5 | 40,5 | 45 | 195,75 |

При составлении меню и расчетов калорийности мы учитываем оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов), которое должно составлять 1:1:4 соответственно.

Примерное меню должно содержит информацию о количественном составе основных пищевых веществ и энергии по каждому блюду, приему пищи, за каждый день и в целом за период его реализации. В меню приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур. Наименования блюд и кулинарных изделий, указанные в примерном цикличном меню и соответствуют их наименованиям, указанным в используемых сборниках рецептур.

Ежедневно мы включаем в меню: молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыбу, сыр, яйцо) 2-3 раза в неделю. В течение двух недель наши воспитанники получают все продукты в полном объеме. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания мы проводим их замену на равноценные по составу продукты. На основании утвержденного примерного меню медсестрой по организации питания ежедневно составляется меню-требование установленного образца, с указанием выхода блюд для детей разного возраста. На каждое блюдо заведена технологическая карта.

В целях улучшения витаминного статуса, нормализации обмена веществ, снижения заболеваемости, укрепления здоровья подрастающего поколения, в нашем дошкольном учреждении, согласно требованиям нормативных документов (СанПиН 2.4.1.3049-13) проводится  круглогодичная или сезонная

 «С» – витаминизация.

Искусственная витаминизация осуществляется согласно СанПиН п.14.21 из расчета для детей от 1-3 лет – 35мл, для детей 3-7 лет – 50мл (на порцию).

Препараты витаминов вводятся в третье блюдо (компот или кисель). После его охлаждения до температуры 150С (для компота) и 350С (для киселя) непосредственно перед реализацией.

Подогрев витаминизированных блюд не допускается.

Витамин «С» (аскорбиновая кислота) необходим для биохимических окислительно-восстановительных процессов. Витамин «С» способствует образованию дезоксирибонуклеиновой кислоты (ДНК).

Аскорбиновая кислота имеет огромное значение для правильного обмена веществ, недостаток ее приводит к ломкости сосудов, усиленной пигментации кожи. Считается, что ударные дозы этого витамина успешно борются с сенной лихорадкой и пищевой  аллергией.

Необходимые расчеты и оценку использованного на одного ребенка среднесуточного набора пищевых продуктов проводятся 1 раз в десять дней. По результатам оценки, при необходимости, проводится коррекцию питания в течение следующей недели (декады).

Подсчет энергетической ценности полученного рациона питания и содержания в нем основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) проводят ежемесячно.

При ознакомлении с ежедневным меню родители информируются об ассортименте питания ребенка.

Выдача готовой пищи производится только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией в составе повара, представителя администрации, медицинского работника. Масса порционных блюд должна соответствовать выходу блюда, указанному в меню.

Питание ребенка в дошкольном учреждении и в семье должно сочетаться. С этой целью в каждой группе вывешивается меню. Пожалуйста, внимательно, изучайте его, если у вашего ребенка есть хронические заболевания и какие-либо противопоказания к определенным продуктам питания предупредите об этом работников детского сада, предоставив справку от врача.

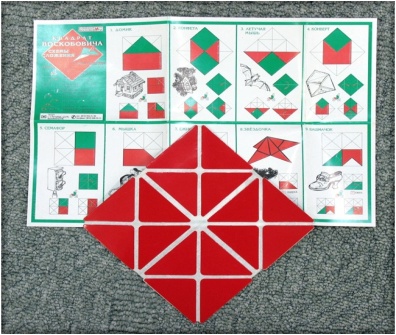
  До отправления ребенка в детский сад не кормите его, т.к. это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита.

****

**Рубрику «Новое в образовании»**

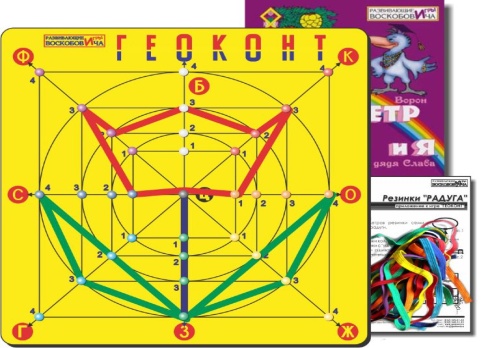
**ведет воспитатель Наталья Александровна Бекенёва**

**Современные развивающие игры для дошкольника**

** (автор В.В. Воскобович)**

В настоящее время существует огромнейшее разнообразие развивающих игр и игрушек на полках современных магазинов, но особой популярностью среди родителей и педагогов пользуются так называемые **игры Воскобовича**. В процессе игры ребенок открывает для себя новое и испытывает эмоциональное удовлетворение от процесса. Многие из игр содержат методические пособия с иллюстрированными сказками, в них нужно выполнить различные задания или ответить на вопросы. В игровой форме дети вместе с героями сказок осваивают не только новые знания.

Дети, выполняя различные задания по методике Воскобовича, долго не утомляются, т.к. ребенок самостоятельно выбирает темп и нагрузку игры, переключаясь с одного задания на другое. Все игры имеют различную направленность: развивают у ребенка логическое мышление и воображение, формируют математические навыки, обучают чтению,направлены на конструирование и моделирование, развитие навыков исследовательской деятельности и творческого потенциала.

Самыми известные игры - «Геоконт», «Квадрат Воскобовича», «Конструктор букв», «Кораблик Брызг-Брызг» и др. Среди детей наиболее любимыми являются «Ларчик», «Игровизор», «Змейка», «Чудо Крестики», «Читайки», «Прозрачный квадрат» и др. Если рассматривать более подробно игры, развивающие математические способности, то можно выделить такие игры, как «Математические корзинки», «Волшебная восьмёрка», «Логоформочки», «Счетовозик» и др.

**Игра-конструктор «Геоконт»**

представлена в виде фанерной дощечки с гвоздиками, которые расположены на ней в определенной последовательности. К игре прилагается набор цветных резинок и

иллюстрированное пособие, содержащее творческие задания различного уровня сложности. Дети не просто выполняют задания, а путешествуют с малышом Гео, помогают ему с помощью конструирования разноцветных геометрических фигур преодолеть различные препятствия в Фиолетовом Лесу. В пособие описаны схемы рисунков, которые в итоге должны получится у детей. «Геоконт» вводит детей в мир геометрии - развивает мелкую моторику рук, развивает психические процессы, помогает изучить цвета, формы и велечины.

**«Квадрат Воскобовича»**

Данную игру называют еще «Кленовый листок», «Вечное оригами», «Косынка», «Квадрат-трансформер» и т.д. «Квадрат Воскобовича» состоит из 32 разноцветных треугольников, наклеенных на гибкую тканевую основу и расположенных на определенном расстоянии друг от друга. Основные цвета игры красный, желтый, зеленый и синий. Для детей младшего возраста предлагаются двухцветный квадрат, для старших детей разработан четырехцветный квадрат.

«Квадрат Воскобовича» можно легко трасформировать, создавая разнообразные объемные и плоские фигуры: самолет, конфету, домик ворону и т.д. Данные фигуры можно собирать по предложенным схемам или придумывать собственные образы.

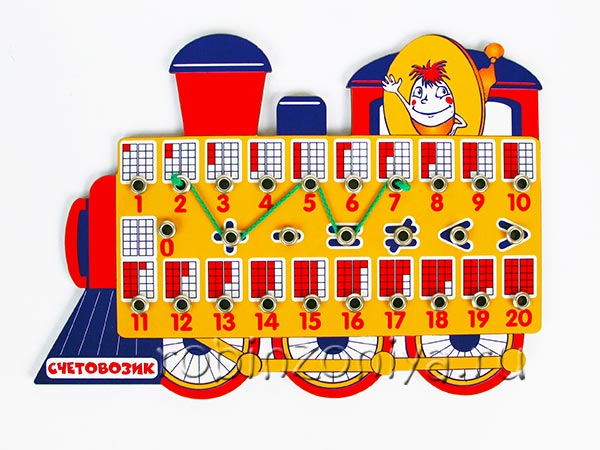
«Квадрат Воскобовича» формирует у ребенка: абстрактное мышление, навыки моделирования, умение ориентироваться в пространстве, развивает креативный потенциал, усидчивость и познавательные процессы.

Навыки чтения можно сформировать с помощью игры **«Конструктор букв».** Фанерное поле для игры покрыто разноцветным покрытием. Игра содержит цветные модули, закрепляющиеся на поле с помощью резинок – модули располагаются под ними. Перед детьми стоит задача собрать правильно букву и разобраться с логическими задачами.

**«Кораблик Брызг-Брызг»** – это игра, развивающая математические способности. Мачты корабля построены по цветам радуги. Играющий ребенок должен правильно прикрепить флажки. Усложнить игру можно за счет выстраивания мачт по цветам радуги в диагональном или горизонтальном направлении.

**«Волшебная восьмёрка»** – это игра, которая позволит ребёнку научиться составлять двузначные числа, а также запомнить цвета радуги, развить мелкую моторику рук и логическое мышление. В этой игре используется интересная считалка для запоминания цветов радуги: «КОХЛЕ-ОХЛЕ-ЖЕЛЕ-ЗЕЛЕ-ГЕЛЕ-СЕЛЕ-ФИ». У всех деталей, из которых состоит цифра, одна сторона однотонного цвета, а другая окрашена в один из цветов радуги. Так ребёнок сначала учится собирать цифры, а потом осваивает и цвета. Данная игра имеет несколько этапов различных по сложности. Для начала, малышу предлагается собрать цифру одного цвета по схеме, а затем задачу можно усложнить на свой вкус.

С помощью игры **«Логоформочки»** дети знакомятся с геометрическими фигурами и узнают понятие симметрии. Игровое поле состоит из 25 квадратов, разделённых пополам пунктиром. В этой игре используется 5 эталонных фигур – круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал. Они окрашены в красный цвет для более лёгкого запоминания их ребёнком. Суть игры в том, что ребёнок подбирает необходимый вкладыш к рамке и составляет фигуры по образцу. Дальше он может самостоятельно сложить другие фигуры или «дорисовать» силуэт, добавив к фигуре новые элементы.

**«Счетовозик»** – это увлекательная игра, в которой детям помогает Магнолик – пассажир паровозика. На первом этапе игры с ребенком проводится занимательная беседа о путешествии и хорошо, если он вспомнит какое-нибудь своё путешествие с родителями. В игре дети знакомятся с цифрами и осваивают счёт, выполняя задание: посчитать количество фонариков в окошке под определённым номером. Для этого им необходимо внимательно рассмотреть окошки поезда (каждое имеет свой номер) и узнать, сколько в каждом из них горит фонариков. Это помогает познакомить не только с цифрами, но и с их количественным значением. Со временем задача усложняется и ребёнку предлагаются более сложные вопросы вида: «В окошках с какими номерами сумма фонариков будет равна 6? (10? и т.п.)». Такие задания знакомят ребёнка с составом числа, с вычитанием и сложением в пределах 20.

**Рубрику «Советы специалиста»**

**ведет учитель-логопед Наталия Валентиновна Куприянова**

**Развитие речи ребенка 5-7 лет**

Среди множества слагаемых успеха в жизни не последнее место занимает четкая и ясная речь, поскольку речь – основной психический процесс и основное средство общения. Именно поэтому развитие речи привлекает наибольшее внимание родителей и педагогов. Однако, многие из них обращают внимание только на недостатки звукопроизношения, замечая, что «у ребенка каша во рту». Но поводов обеспокоиться нарушениями в развитии речи детей гораздо больше.

Можно быть картавым человеком и иметь богатую образную речь, а можно верно произносить все звуки и не уметь построить простой фразы, составить рассказа, пересказать содержание сказки.

Как часто мы слышим выражения «двух слов связать не может», «ему говоришь русским языком, а он не понимает». Дети, про которых так говорят, чаще всего плохо учатся в школе, не любят читать, со сверстниками общаются с неохотой.

Почему? Причина может лежать в несформированности речи. С помощью речи мы узнаем новое, выражаем свое отношение к окружающему.Из-за малого запаса слов и неправильного понимания их значений многие ученики не могут применить на практике ни одного выученного правила, недостаточно понимают объяснения учителя, не могут уловить смысл задачи.

Когда надо начинать беспокоиться и заняться развитием речи своего ребенка? Вчера! Не занимались этим раньше – спешите заняться сегодня, завтра, послезавтра, ЕЖЕДНЕВНО! Занятия эффективны только тогда, когда они систематичны. Лучше заниматься по 5 минут каждый день, чем один раз в неделю по полчаса. Совсем бесполезны занятия от случая к случаю.

Для начала попробуйте определить уровень развития речи вашего ребенка, пользуясь несложными логопедическими тестами. Попросите ребенка рассказать, что нарисовано на картинке (возьмите любую иллюстрацию в еще не прочитанной книге). Обратите внимание: ребенок называет отдельные предметы на картинке (*«Тут кошка, собака, дом, дерево»)*  или составляет предложение или рассказ о том, что происходит (*«Кошка залезла на дерево, это собака выскочила из дома и испугала её»*). Помогите малышу составить развернутое предложение – ежедневная практика дает поразительные результаты.

Попросите ребенка назвать как можно больше признаков следующих предметов: стола, яблока, шубы, медвежонка. Например: *стол – большой, деревянный, прямоугольный, коричневый, письменный*. Для начала придется подсказать, но не отчаивайтесь и тренируйтесь.

Спросите, какие деревья, цветы и ягоды знает малыш, какую мебель и посуду он может назвать, какой транспорт, каких животных, птиц и насекомых он может перечислить. Дети дошкольного возраста должны назвать 6 – 8 предметов к каждому обобщающему слову и, наоборот, уметь назвать обобщающим словом группу предметов (различную мебель, посуду, животных).

Может ли Ваш ребенок правильно назвать действия людей (лечит, строит, пишет, читает, отдыхает, вяжет и т.п.), способы передвижения животных (скачет, ползет, прячется, выслеживает, крадется, плывет). Знает ли он глаголы, характеризующие явления природы (*светит, греет, сверкает, сияет, всходит, заходит, скрывается*), умеет ли сказать, как подают голоса животные (*каркает, стрекочет, рычит, мычит, блеет, шипит и т.п.*). Глаголы и прилагательные делают нашу речь образной и интересной. Ребенок с достаточным запасом таких слов не будет затрудняться в пересказе.

Сколько признаков действий может назвать Ваш ребенок? Спросите его, как может передвигаться кошка (*быстро, торопливо, медленно, тихо, тихонько, ползком, лениво, осторожно*) или скажите, что на улице может быть *тепло*, и предложите ребенку продолжить (*холодно, пасмурно, туманно, сыро, ветрено, солнечно, мокро, пыльно, грязно и т.д*.). Признаки действий (наречия) появляются в речи детей позднее, чем другие слова – помогите своему ребенку усвоить их, обращая внимание на погоду, природу, животных и т.п..

Поиграйте в игру «НАОБОРОТ». Сможет ли ребенок подобрать к слову противоположное по значению (*большой – маленький, горячий – холодный, далёкий – близкий, ранний – поздний, старый – новый, темный – светлый, высоко – низко, грустно – радостно, медленно – быстро и т.д.*). Такие слова не только показатель развития речи, но и показатель сформированности мыслительных процессов. 

Знает ли Ваш малыш, когда так говорят: *светлый ум, светлая голова, светлый человек; тёплый взгляд, теплая встреча, теплые тона, теплый разговор; тяжелый характер, тяжелое настроение, тяжелые мысли; золотые руки, золотое сердце, золотая монета* и т.д.

Дети, не понимающие переносного значения слов, воспринимают речь конкретно и недопонимают смысла текстов и стихотворений. Чаще загадывайте детям загадки, сами пользуйтесь пословицами и поговорками и объясняйте, почему так говорят.

Может ли ребенок объяснить, как образовались слова: *бурелом, бензовоз, горнолыжник, скороварка, водопад* и т.п. Знание законов словообразования позволит вашему ребенку быстрее усвоить и грамматические законы русского языка.

Умеет ли он подобрать родственные слова (конь–конница–конь–конюх–конюшня; стройка–строитель–перестроить–строительный)? Такое умение позволит ребенку с легкостью освоить все правила русского языка в школе.

Итак, Вы протестировали вашего ребенка. Теперь у Вас два пути.

*Первый* – учесть все ошибки и приступить к ежедневным 5 – 10 минутным занятиям (можно пользоваться этими тестами, как планом).

*Второй* – не забивать себе голову проблемами ребенка, положиться на русское «авось». Выбирать Вам.

Если Вы выбрали первый путь, но не знаете с чего начать или сомневаетесь в чем-либо, обращайтесь за консультацией к воспитателям, логопедам, ищите популярные книги и пособия – главное сделать первый шаг.

Когда заниматься? В любой удобный для Вас и вашего малыша момент, например, по дороге в детский сад и обратно.

Успехов Вам и Вашему ребенку (пять минут общения с любимой мамой или с вечно занятым папой – только ради этого ребенок готов свернуть горы!



**23 февраля – День защитника Отечества**

*Я знаю, что папа мой тоже когда-то  
Был очень хорошим и смелым солдатом.  
Я папу люблю, и его непременно  
Поздравить хочу в этот праздник военный…  
Сейчас я повыше на стул заберусь,  
Военную песню спою ему громко,  
Пусть знает мой папа, что я им горжусь  
А он пусть гордится успехом ребенка.*

|  |  |
| --- | --- |
| **C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5346.JPG** | **C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5289.JPG** |
| **C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5251.JPG** | **C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5298.JPG** |
| **C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5268.JPG** | **C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5263.JPG** |

|  |  |
| --- | --- |
| **C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5350.JPG** | **C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5316.JPG** |
| **C:\Users\Пользователь\Desktop\23 февраля\DSC05798.JPG** | **C:\Users\Пользователь\Desktop\23 февраля\DSC05787.JPG** |
| **C:\Users\Пользователь\Desktop\23 февраля\DSC05761.JPG** | **C:\Users\Пользователь\Desktop\23 февраля\DSC05807.JPG** |
| **C:\Users\Пользователь\Desktop\23 февраля\DSC05815.JPG** | **C:\Users\Пользователь\Desktop\23 февраля\DSC05751.JPG** |

****

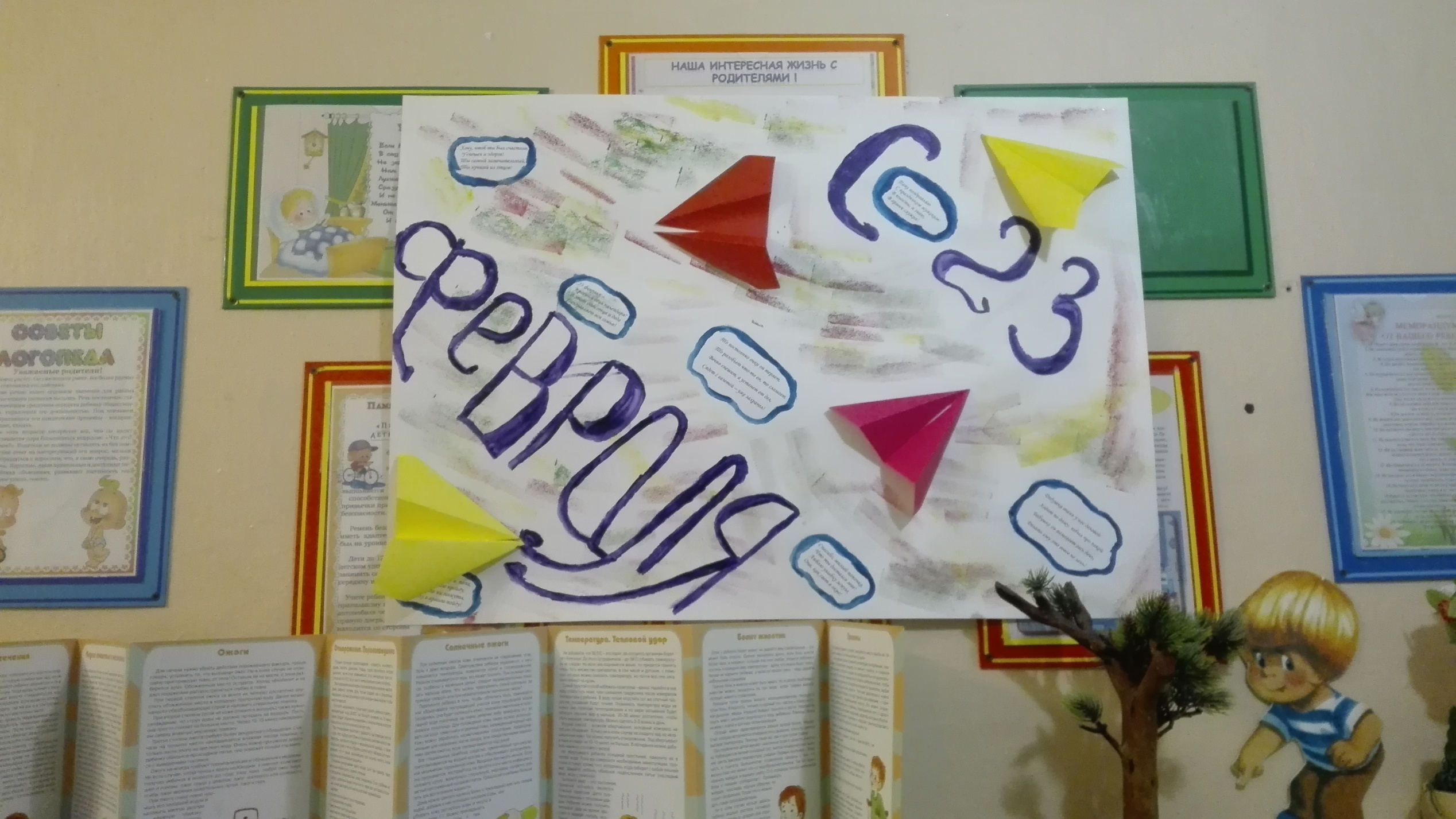
**Дети и воспитатели старшей группы сделали**

**на праздник стенгазету «Наши папы и дедушки» - самые сильные, самые смелые, самые любимые!**

****

****

**Поздравления папам от самых маленьких…**

****

**Масленица к нам пришла - радость людям принесла,  
Ну а мы придем с блинами, встретить праздник вместе с вами!**

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\масленица\DSC05843.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5389.JPG |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5390.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\125___02\IMG_5395.JPG |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\масленица\DSC05888.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\масленица\DSC05895.JPG |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\масленица\DSC05880.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\масленица\DSC05857.JPG |

**8 марта – Весенний праздник для любимых мам и бабушек**

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5594.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5582.JPG |

|  |  |
| --- | --- |
| ***http://www.niceimage.ru/pic/201305/960x480/niceimage.ru-33000.jpg*** | ***Из цветной бумаги***  ***Вырежу кусочек.***  ***Из него я сделаю***  ***Маленький цветочек.***  ***Мамочке подарок***  ***Приготовлю я.***  ***Самая красивая***  ***Мама у меня!*** |

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5468.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5462.JPG |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5459.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5589.JPG |

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5479.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5489.JPG |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5560.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5503.JPG |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5513.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5518.JPG |
| C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5545.JPG | C:\Users\Пользователь\Desktop\126___03\IMG_5565.JPG |



**А вот так мы поздравили наших любимых мамочек,**

**самых красивых, любимых и счастливых!**





**На свете добрых слов живёт немало,**

**Но всех добрее и нежней одно –**

**Из двух слогов простое слово «ма-ма»,**

**И нету слов роднее, чем оно!**

