

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение д/с № 44 г. Челябинска

Журнал

« Я расту »



ВЕЩА

2019 год.

Памятка для родителей!

«Как одеть ребенка весной»

Весна всегда радует нас первым теплым солнышком, но еще дают о себе знать зимние заморозки, поэтому каждый родитель должен знать, как одеть ребенка весной так, чтобы он не простудился и получил максимум пользы от прогулки.

Предлагаем вашему вниманию 8 рекомендаций о том, как одеть ребенка весной:

1. Не стоит сильно кутать ребенка, собираясь на весеннюю прогулку, ведь уже все-таки не зима, одетый в два свитера ребенок быстро вспотеет и простудится. Для прогулки весной важно одеть ребенка надежно, так, чтобы его одежда была достаточно теплой, но не жаркой.
2. Для детей от 4-6 лет для весенней прогулки идеально не сползает, его легко снимать и надевать. В нем ребенку будет удобно и тепло.



3. Важной частью одежды ребенка для весенней прогулки является шапка. Отличным вариантом может стать шапка-труба, которая одновременно выполняет функцию шапки и шарфа. Головной убор для прогулки весной должен быть теплым и непромокаемый.

4. Также не стоит забывать о шарфе, особенно, если ребенок наденет обычную шапку, а не шапку-трубу. Шарф может быть любым, главное – правильно его завязать, он не должен мешать ребенку играть, и бегать на прогулке.

5. Еще один важный атрибут весеннего гардероба – варежки. Они должны быть теплыми, но тонкими, желательно, чтобы они не промокали.

6. Если вы не хотите надевать на ребенка комбинезон, тогда лучше остановить свой выбор на послойном одеянии. Наденьте на ребенка майчку и трусики, теплый джемпер, колготки, непромокаемые штанишки, кофточку. Завершить «образ» нужно верхней одеждой и обувью.

7. Самый важный момент – обувь ребенка. От того, насколько правильно вы ее подберете, зависит здоровье ребенка. Обувь для весенней прогулки должна быть легкой, мягкой, она не должна промокать.

8. Старайтесь одевать ребенка в одежду ярких цветов. Это поднимет настроение вам и вашему малышу.

Приятной вам прогулки!

Как уберечь ребенка от весенних болезней.

Весной организм ребенка наиболее ослаблен. Именно в это время стоит уделять больше внимания профилактике различных заболеваний. Как ни печально, весной дети болеют чаще. Самыми распространенными заболеваниями у детей являются различные вирусные инфекции.

Весной малыши болеют ринитом, фарингитом, трахеитом. Не исключены также бронхиты и пневмонии, грипп.

Как помочь ребенку не заболеть в это время? Как поддержать его организм? Вырабатываем иммунитет!

Старайтесь соблюдать режим дня. Ведь поздний отход ко сну и ранние подъемы плохо сказываются на состоянии ребенка. Весь день он будет вялым и капризным.

Так же важно правильно питаться. Сейчас, когда на витринах магазинов много цветных коробок и пачек, так трудно отказать малышу в покупке кондитерских лакомств.

Старайтесь, чтобы ребенок ел больше свежих фруктов и овощей, пил больше соков. В том числе и овощных.

Чистота - залог здоровья!

Эту прописную истину еще никто не отменял! Старайтесь почаще проветривать помещение и делать влажную уборку. Это сократит количество вирусов в воздухе.

На свежий воздух!

Если вы много времени проводите со своим ребенком на свежем воздухе, то никакие болезни вам не страшны. Гулять надо в любую погоду. Зимой - час-полтора, летом - до пяти часов. Сейчас, весной, 2 - 3 часа.



Еще одно, очень важное правило: одевайте ребенка по погоде. Ведь дети очень подвижны. И если малыша "закутать", то он, скорее всего, запарится и может пропотеть. Почему-то многие мамы об этом забывают. Или другой случай: одев потеплей, препятствуют

подвижным играм малышей. Что тоже

нехорошо. **Ни дня без витаминки!**

Хорошо знакомые еще с детства витаминки - одна из важнейших составляющих курса профилактики. Сейчас на прилавках аптек их великое множество. Главное - подобрать препарат, который придется по душе именно вашему ребенку.

Малыши любят сиропы и сладкие гели. Ребята постарше предпочитают жевательные таблетки. Главное - не переборщить с дозировкой, ведь такие "таблетки" очень вкусные. Но злоупотреблять ими нельзя: может появиться аллергия.

Первая помощь.

Если в семье уже кто-то заболел, стоит начать экстренную профилактику.

Конечно, лучше посетить педиатра, который подберет необходимые таблетки. Но если нет возможности сводить ребенка к врачу, можно использовать такие таблетки, как арбидол, анаферон, или гомеопатический препарат афлубин. В нос можно закапывать капельки интерферон или проводить ингаляции.



Душим болезнь на корню.

Если болезни не удалось избежать, то сразу же оставьте ребенка дома и обратитесь к врачу. Если же ребенок заболел в выходной день, то начинать лечение нужно с трав. Очень эффективен отвар ромашки или шиповника. Уговорите ребенка прополоскать горло настойкой эвкалипта или календулы. Детям от 3 лет можно давать леденцы от кашля.

Почитай-ка!

Стихи про весну для старших дошкольников

МАРТ

Замер лес в прозрачной дымке,
На деревьях тают льдинки.
С веток падает капель, И
слышна синицы трель.

АПРЕЛЬ

Снег сошёл. Запахло прелью.
Прокатился в небе гром.
Муравьи под старой елью
Всем семейством строят дом.

МАЙ

Дружно лопаются почки,
Распускаются листочки.
На траве роса дрожит,
Лось за радугой бежит.

В. Степанов.



**Под самым карнизом,
Над самым оконцем
Забралось в сосульки
Весеннее солнце.**

**Сверкая, бегут по сосулькам слезинки...
И тают сосульки – веселые льдинки.**



**Два скворца летели,
На березку сели,
Сели и запели, -
Как они летели, как они
спешили С берегов заморских
В край родимый, милый
К беленькой березке!**

**По весне набухли почки
И проклюнулись листочки.
Посмотри на ветки клена –
Сколько носиков зеленых!**

**На деревьях –
Ты взгляни, -
Там, где были почки,
Как зеленые огни,
Вспыхнули листочки.**

"Дзинь-дзинь-дзинь", -
Поют капли.
"Ля-ля-ля", -
поет скворец.
Дзинь-ля-ля!
На самом деле
Наступил
Зиме конец!

Всю зиму
Белый снег
Белел,
А в марте
Взял и почернел.



Рыхлый снег темнеет в марте.
Тают льдинки на окне.
Зайчик бегаёт по парте
И по карте
На стене.

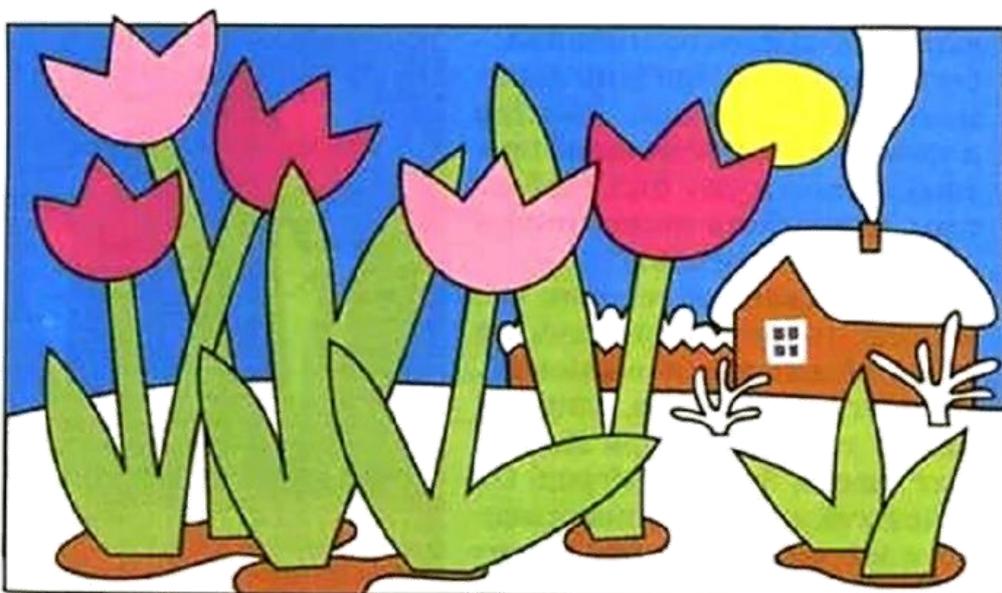
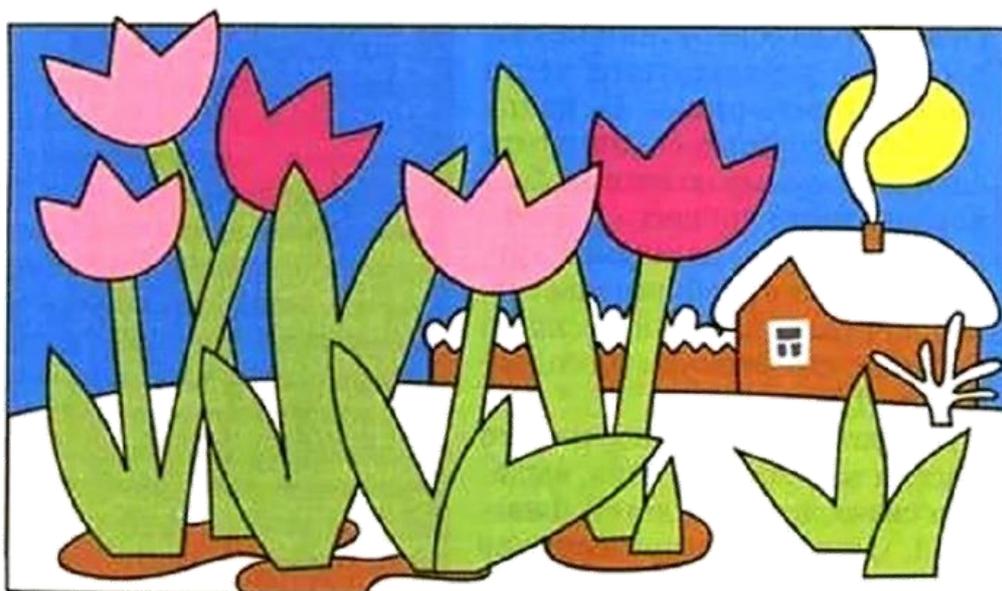
Наконец, пришла весна!
Тают белые снега.
Показались нежные
Тут и там подснежники.

**Пословицы и
поговорки о весне
для детей
дошкольного
возраста.**

- Весенний день год кормит.
- Весенний день – что ласковое слово.
- Весна днём красна.
- Весна всё покажет.
- Весна – наши отец и мать, кто не посеет, не будет и собирать.
- Вешний день целый год кормит.
- Вода с гор потекла – весну принесла.

Играй вместе с ребенком.

Отыщите 10 различий



«Весна, весна на улице!!! Что лишнее?»





*Ответственный за выпуск старший
воспитатель МБДОУ д/с № 44
г. Челябинска
Вафина Юлия Геннадьевна.*



2019год.