

МБДОУ «Детский сад №81»



**Информационно-
психологическая газета
для любознательных родителей**



«Растем вместе»

№3 Ноябрь-2025 г.



**Рубрика «Калейдоскоп событий»
Выставка работ «Вместе с папой»**

В нашем детском саду в рамках праздника День Отца, прошла творческая выставка. На ней были представлены работы, выполненные папами совместно с детьми. Участников было не так много, но мы рады поделиться их творчеством.



**Гнедаш
Папа Алексей и сын Миша
«Домик на колесах»**



**Виноградовы
Папа Дмитрий и сын Илья
«Осенний букет»**



**Гудковы
Папа Сергей и сын Елисей
«Морские обитатели»**



**Золотовы
Папа Антон, сыновья Дима,
Слава и дочка Варя
«Птичий дом»**



**Семелькины
Папа Андрей и сын Влад
«Кораблик»**



**Благодарим участников
за творчество!**



В этом месяце Вас ждут следующие мероприятия:

В преддверии празднования Дня Матери, в нашем саду пройдет выставка «Мир увлечений моей мамы»

На ней вы сможете поделиться своими увлечениями: вязанием, вышиванием, рисованием, рукоделием, фотографией и др. Мы будем рады вашему участию и ждем ваших работ



Рубрика «Родителям на заметку...»

ПРАВИЛО «ПЕРВЫХ 3 МИНУТ», КОТОРОЕ НУЖНО ЗНАТЬ ВСЕМ РОДИТЕЛЯМ

Оказывается, есть такое важное правило в отношениях с детьми – правило «первых трёх минут». Когда родители в семье начинают выполнять это правило, то замечают, что оно очень многое меняет в отношениях к лучшему.

Правило «первых трёх минут» заключается в том, чтобы всегда встречать ребенка с такой огромной радостью, как будто встречаете друга, которого не видели уже много, много лет. И не важно, вы вернулись из магазина, в который выбегали за хлебом, пришли домой с работы или вернулись из командировки. Как правило, всё, чем с вами хочет поделиться ребенок, он «выдаст» в первые минуты встречи, именно в этом и заключается важность не упустить это время.

Вы сразу заметите тех родителей, которые интуитивно выполняют правило «первых трех минут». Например, забирая ребенка из садика или школы, они всегда приседают на уровень его глаз, обнимают при встрече и говорят, что по нему соскучились.

Приглашаем принять участие в онлайн-флешмобе «Мама и я»

Присоединиться к флешмобу очень просто – разместите на своей странице или в нашем сообществе Вконтакте фотографию под одним из хештегов:

#МамаСпортсменка – фото с мамами, которые занимаются спортом вместе с ребенком (фитнес, лыжи, коньки, тюбинг и т.д.);

#СтильнаяМама – фото с мамами, которые вместе с ребенком примеряют наряды, делают макияж, прическу, посещают салон красоты и т.д.;

#МамаиЯ_ЛучшиеДрузья – фото с мамами, которые занимаются вместе с ребенком домашними делами, готовят еду, рисуют, играют и т.д.

Готовы присоединиться? Тогда ждем ваши фото!

Спешим сообщить!

С 26 сентября по 15 октября проходил **муниципальный конкурс «Самый лучший и родной!»**

От нашего сада в нем приняли участие: **Курский Максим Юриевич** в номинации «Папа – праздник!»;

Золотов Антон Михайлович в номинации «Папа – глава большого дома»

Долгов Александр Александрович в номинации «Папа – шеф на кухне»

По итогам конкурса, Долгов Александр Александрович занял почетное 2 место.

Поздравляем с наградой, а участников благодарим за участие!

Автор рубрики: старший воспитатель Астапова В. В.

В то время как другие родители просто берут ребенка за руку, говорят «пошли», разговаривая при этом по телефону.

Приходя с работы, сразу обращайте всё внимание на ребенка. Разувайтесь и бегите за ребенком. У вас есть несколько минут для того, чтобы сесть рядом с ним, расспросить про его день и выслушать. Затем уже пойдете ужинать и смотреть новости. Если вы, таким образом не обратите внимание на ребенка, то он будет ходить за вами весь вечер, требуя общения, внимания, любви.

Важно не количество времени, а эмоциональная близость.

Иногда несколько минут душевной беседы значат для малыша намного больше, чем целый день, проведенный вместе с вами, если мыслями в это время вы были в другом месте. То, что мы все время спешим и озабочены, точно не сделает наших детей счастливыми, даже если мы считаем, что делаем это ради них и их благосостояния.

Для родителей и детей выражение «время вместе» имеет разное значение.

Для взрослых достаточно, чтобы дети просто находились рядом с ними, когда они делают что-то дома или идут в магазин. А вот для детей понятие «время вместе» – это смотреть глаза-в-глаза, когда родители садятся рядом, откладывают мобильные телефоны, исключают мысли о сотнях своих проблем и совсем не отвлекаются на посторонние дела. Ребенок никогда не доверится, если чувствует, что в приоритете у родителей в момент общения есть что-то важнее, чем он.



Рубрика «Физкульт-привет»

Влияние физической активности на здоровье ребенка

Физическая активность положительно влияет на физическое и психическое здоровье детей, укрепляя мышцы и кости, улучшая работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также способствуя поддержанию здорового веса. Она также развивает моторику, координацию, укрепляет иммунитет, улучшает академическую успеваемость, настроение и самооценку.

Физическое здоровье

Укрепление опорно-двигательного аппарата: Регулярные занятия способствуют укреплению мышц, связок и формированию крепкого скелета.

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем: Физические нагрузки повышают работоспособность сердца, улучшают вентиляцию легких и общую выносливость организма.

Поддержание здорового веса: Активные игры и спорт помогают детям сохранять нормальный вес и снижают риск ожирения.

Улучшение координации и моторики: Движения развиваются ловкость, координацию и общую моторику.

Укрепление иммунитета: Регулярная активность, особенно на свежем воздухе, повышает сопротивляемость организма к заболеваниям.

Психическое здоровье и развитие

Улучшение когнитивных функций: Физическая активность положительно оказывается на успеваемости, улучшает память и логическое мышление.

Конечно, не всегда у родителей есть время на совместную игру с детьми, но в такие минуты делайте только то, что хочет ребенок. Не надо предлагать ему ваши варианты свободного времени. Время скроется, и вы не успеете опомниться, как ваши сыновья и дочери повзрослеют, поэтому не теряйте времени и начинайте строить доверительные отношения с ними уже сейчас.

Пусть правило «трех минут» вам в этом пригодится.

*Автор рубрики: педагог-психолог
Демьяненко С. С.*



Снижение стресса и улучшение настроения: Физическая активность способствует выработке эндорфинов, которые снижают стресс и улучшают эмоциональное состояние.

Развитие личностных качеств: Спорт учит дисциплине, целеустремленности, воле, ответственности и умению работать в команде.

Повышение самооценки: Успехи в физической активности помогают ребенку почувствовать себя более уверенными.

Рекомендации

Делать активность частью повседневной жизни. Поощрять детей гулять на свежем воздухе, кататься на велосипеде, играть в подвижные игры.

Заниматься вместе. Присоединяться к детям в играх или спортивных занятиях, это покажет, что физическая активность — это весело и полезно.

Записываться в спортивные секции. Занятия в спортивных клубах или секциях помогут детям развивать интерес к определенным видам спорта и научат работать в команде.

Давать детям выбор. Позволять детям самим выбирать виды физической активности, чтобы они чувствовали, что могут влиять на свой режим.

Автор рубрики: инструктор по физическому развитию Курская А. А.



Рубрика «Календарь памятных дат»

Мы все хорошо знаем даты и традиции таких праздников, как Новый год, Рождество, Пасха, День Независимости и другие. А знаете ли вы, когда отмечается Всемирный день балета, День рождения Деда Мороза, День моржа? Оказывается, каждый месяц богат на такие вот профессиональные, международные, экологические, народные даты.

В этом выпуске вы познакомитесь с **праздниками ноября!**

Автор рубрики: воспитатель Аверина И. Н.



С Днем Рождения!

«Мы поздравляем!»

С днем рождения поздравляю
И от всей души желаю
Улыбаться, веселиться,
Не грустить и не сердиться.
Пусть конфеты и игрушки
Вдруг найдутся под подушкой,
Будет полон дом друзей,
С ними праздник веселей.

Автор рубрики: воспитатель
Смольянинова О. А.

Именинники ноября

- 05.11 Бирюкова Настя
- 06.11 Тимин Ваня
- 09.11 Карпов Женя, Киренков Богдан
- 10.11 Земскова Агата
- 12.11 Кудинова Ксюша
- 17.11 Чумичёва Карина
- 19.11 Богатова Даша
- 20.11 Агапова Саша
- 21.11 Лоскутова Ульяна
- 27.11 Филиппова София
- 30.11 Демина Ксюша

С днем рождения!



Поздравляем!



Рубрика «Творческая мастерская»

Наступил последний осенний месяц- **ноябрь**.

В это время природа очень быстро меняется. Сначала появляются яркие краски, потом листва с деревьев опадает, и они становятся серыми и унылыми. Но именно в это время года легко привлечь внимание детей к природе, заинтересовать их и показать, как устроена жизнь.

Осенние прогулки — это отличный повод понаблюдать за птицами. Объяснить ребенку, что некоторые птицы (перелетные) улетают в теплые края, потому что зимой им будет трудно найти корм, а другие (зимующие) остаются и нуждаются в помощи, например, в кормушках. Еще 12 ноября отмечается экологический праздник- **"Синичкин день"**.

Осенние прогулки позволяют наблюдать с ребёнком красивые разноцветные листья на деревьях и кустарниках, их яркий ковёр на зелёной траве, листопад во время ветра. По опавшим листьям можно ходить, слушать их шуршанье. Ещё интереснее собирать и рассматривать листья: багряные — у клёна, калины и рябины, ярко-жёлтые — у ясения, липы, тополя. Интересно сравнить их с листьями сирени, которые даже осенью остаются зелёными.



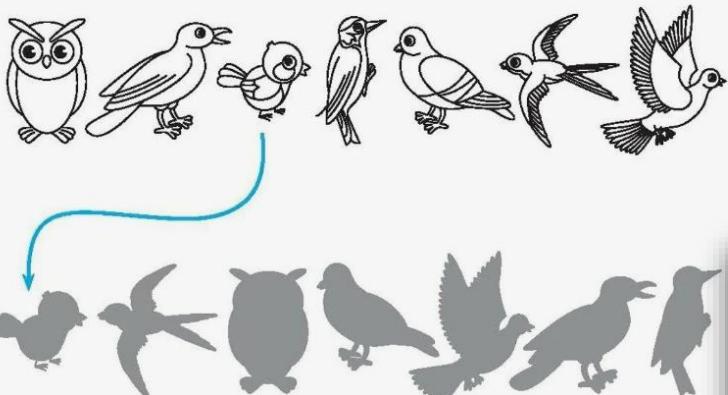
Можно собрать букет листьев, прогладить их дома горячим утюгом и поставить в вазу. Можно положить листья между страницами книги или старого журнала и засушить, чтобы потом сделать гербарий или поделки. Вот таких красивых птичек и разных животных, а также красивые пейзажи можно сделать из листьев.

Автор рубрики: воспитатель Вязкова Н. Н.

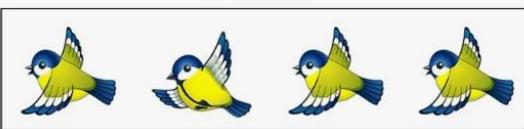
Рубрика «Детская страница»

Автор рубрики: воспитатель
Соколова М. А.

Соедини каждую птицу с её тенью.



Что лишнее?



Дополнительная информация:

Наша газета будет выпускаться 1 раз в месяц.

Следующий номер газеты выйдет в декабре



СТИХИ ПРО ПТИЦ

Жаворонок

Жаворонок полевой!
Нет певца чудесней!
В чистом поле - домик твой,
В ясном небе - песня!

Кукушка

Все понять я не могу,
Там и тут звучит: Ку-ку.
Лес прошел я до опушки,
Где ж ты спряталась, кукушка?

Грачи

Птицам этим очень рады,
Прячь, зима, свои наряды!
Даже маленький ручей
Рад приветствовать грачей.

Аист

По весне весь наш посёлок
Дружно встретил новосёла.
Всем другим домам на зависть
Свил гнездо на нашем аист.

ПЛЕТЕНКА «ПТИЦЫ»



На каждой из полосок этой плетёнки написано название птицы. Все полосы сплетены так, что половина букв оказалась не видна. Попробуй восстановить все слова, используя картинки. Одна из картинок лишняя, определи какая.



Предложить интересную новость и
написать в редакцию газеты: detsadberezka-81@mail.ru

Телефон: +7(49234)9-31-29

Официальный сайт учреждения: <http://t8126bh.dou.obrazovanie33.ru/>
Тираж: 20 экземпляров

Главный редактор: Астапова Виктория Викторовна

Над номером работали: Демьяненко Светлана Сергеевна, Курская Алина
Александровна, Вязкова Наталья Николаевна, Соколова Марина
Александровна, Смольянинова Ольга Александровна, Аверина Ирина
Николаевна