

МБДОУ «Детский сад №81»



Информационно-психологическая газета для любознательных родителей



№5 Январь-2026 г.

«Растем вместе»



Читайте в номере:

Рубрика: «Калейдоскоп событий» 1-2 стр

Рубрика: «Родителям на заметку» 3-4 стр.

Рубрика «Физкульт-привет» 5 стр.

Рубрика: «Творческая мастерская» 6 стр.

Рубрика: «Календарь памятных дат» 7 стр.

Рубрика: «Мы поздравляем!» 7 стр.

Рубрика «Детская страница» 8-9 стр.

Рубрика «Детский гороскоп» 9-10 стр.

Рубрика «Калейдоскоп событий»

Вот и наступил **2026 Год Лошади** — символ энергии, благородства, движения вперёд и невероятной силы духа. Также 2026 год в России объявлен Годом единства народов. Соответствующий указ подписал **Президент Владимир Путин**. Ключевая идея Года единства народов России — признание и поддержка различий народов страны. Как неоднократно подчеркивал Владимир Путин, ценности каждого народа, входящего в состав России, важны и необходимы. Забота о языках, традициях, исторической памяти и культурных особенностях — это фундамент национальной безопасности и суверенитета.

С 2026 года в российском календаре появятся две новые важные даты:

30 апреля будет отмечаться как День коренных малочисленных народов России;

8 сентября — как День языков народов России.

Работа в ДОУ в рамках Года единства народов России (2026) по патриотическому воспитанию, посвящённому Дню народного единства, направлена на формирование у детей чувства гордости за свою страну, интереса и понимания культурного разнообразия России, привитие принципов дружбы и взаимного уважения всех народностей.

Цели

1. Укрепить дружбу, взаимопонимание и сплочённость между всеми народами, которые проживают на территории России.
2. Обогатить представления дошкольников о том, что Россия — многонациональная страна.
3. Познакомить детей с традициями разных народов, сформировать уважительное отношение к их культурному наследию.
4. Формировать у детей гражданскую идентичность — помочь им понять, что они часть большой общности, и они могут принимать активное участие в жизни своей страны.

Среди многочисленных этнических групп, проживающих в России, выделяются: татары, чеченцы, башкиры, чуваши, аварцы, армяне, даргинцы, казахи. Кроме перечисленных народов, на территории Российской Федерации проживают и многие другие этнические группы, что делает страну многонациональным государством с богатым культурным наследием.



Уважаемые родители!

В ваших руках пятый выпуск информационной газеты «Растем вместе»

Вы узнаете, о главном событии 2026 года.

А также много нового и интересного, не пропустите!



В ушедшем году наши педагоги, дети и родители, порадовали нас новогодними, креативными и необычными работами.

Среди всего педагогического коллектива прошел творческий конкурс «Креативная ёлочка». Предлагаем вспомнить, эти неповторимые ёлочные образы:



Итоги конкурса следующие:



1 место: «Ёлка из детства» авторы Соколова М. А., Вязкова Н. Н.;

2 место: «Мечта Чебурашки» авторы Аверина И. Н., Наумова И. В.;

3 место: «Ангел» авторы Исакова В. А., Петрова С. А.

Среди детей и родителей прошел творческий конкурс «Лучшая новогодняя ёлочная игрушка». Все представленный игрушки, были размещены на Новогодней ярмарке. Все игрушки были оригинальными и неповторимыми. При изготовлении использовались различные материалы: бумага, картон, природный материал, вата, фоамиран, фетр, стразы, паетки и многое другое. По результатам общего голосования итоги конкурса оказались следующими:

1 место «Новогодние часы» авторы Курские: мама Алина и Савелий;

2 место «Снежный шар» авторы Соколовы: мама Полина и Семен;

«Блестящий шар» авторы Лоскутовы: мама Дария и Ульяна;

3 место «Хрустальный шар» авторы Буторины: мама Вера и Витя;

«Сердечко» авторы Барановы: мама Елена и Вика.

Автор рубрики старший воспитатель: Астапова В. В.



Рубрика «Родителям на заметку...»

«Семейный досуг зимой»

Игры и забавы для зимней прогулки, семейный кодекс здоровья

Семейный досуг зимой.

Взаимодействие с ребенком на прогулке может стать очень важным и продуктивным компонентом его развития. Но для многих родителей прогулки – это простое «выгуливание» ребенка, когда ему предоставляют возможность подышать свежим воздухом, подвигаться, встретиться со сверстниками.

Несмотря на то, что за окном мороз, не следует засиживаться дома перед телевизором или компьютером. И без того короткие зимние дни лучше проводить на улице. Так, полезно прогуляться с ребенком по заснеженному парку или скверу, где в это время года особенно красиво, подышать свежим воздухом, покормить птиц, слепить снеговика. Если спокойные прогулки не очень привлекают ребенка, то на помощь придут санки, коньки и лыжи.

Конечно, зимой не всегда удается провести время на улице в силу погодных условий. Тогда можно найти занятие для дружной семейной компании дома, например, поиграть в настольные игры. Также можно предложить ребенку отобразить в рисунках зимние прогулки и игры. Интересными будут рассказы родителей об истории появления лыж, коньков, санок.

Организуйте для ребенка и его друзей веселые игры в парке, во дворе.

В качестве «инвентаря» подойдут деревья, за ними можно прятаться.

Пеньки, на которые можно залезать и спрыгивать, обегать вокруг них.

Включайтесь в игру сами, играйте весело с удовольствием. В ходе совместной деятельности у ребенка формируются навыки взаимодействия и общения. Использование игровых упражнений и подвижных игр, является эффективным средством формирования интереса к физической активности, что является одним из главных в укреплении и сохранении здоровья детей, приобщении их к здоровому образу жизни.

Следопыты

Дети любят рассматривать собственные следы на свежевыпавшем снегу. Не поленитесь найти в интернете информацию о том, как выглядят следы разных животных и птиц. После этого отправляйтесь в лес или парк и попробуйте отыскать и расшифровать следы какой-нибудь живности.



Родителям на заметку

- Если вы предпочитаете коньки, то лучше выбирать каток под открытым небом, где созданы все необходимые условия: приятная музыка, гладкая поверхность льда, работает медицинский пункт для оказания помощи в случае травмы.

- Катание с горки можно разнообразить всевозможными заданиями. Например, спускаясь с горки на санках, кидать снежки в мишень, собирать на спуске расставленные флаги или веточки.

- Планируя прогулки на лыжах, необходимо заранее продумать маршрут, чтобы не утомить ребенка.



Игры с детьми на улице.

Ангелы

Пожалуй, нет ни одного взрослого, который в детстве не играл бы в снежного ангела. Покажите ребенку, как надо упереться в землю, чтобы потом повалиться назад в снежный сугроб и захлопать в снегу руками и ногами, как будто летишь; снег облепит малыша, и его одежда будет белоснежно-ангельской, а руки станут похожи на крылья. Потом помогите малышу осторожно встать, не разрушив его "ангельскую" форму. Только что выпавший снег – прекрасное пушистое ложе, и ребята любят, лежа на нем, как бы парить в свежести солнечного зимнего дня.



Если игра в ангелов уже не в новинку вашей семье, попытайтесь создать с ребенком другие снежные образы, напоминающие разных животных. Возможно, ваш сын сможет сообразить, как улечься на один бок и согнуть руку так, чтобы след от него походил на слоновый хобот, или ребенок может встать в снегу на четвереньки и вообразить, что это не его, а лошадиные ноги в снегу, а сам он лошадка.



Следы снежного человека

Из картона и толстой веревки можно сделать лапы снежного человека. Оденьте их поверх зимней обуви и отправляйтесь на прогулку создавать следы снежного человека.

След в след

Расскажите ребенку о том, как ходят волки в стае (след в след). А после этого предложите поиграть в догонялки, но с одним условием: тот, кто догоняет, должен преследовать убегающего след в след.

Новогодне-зимние находилки

Найди - развивающая игра в необычном формате. Она знакомит детей с окружающим миром, развивает восприятие, внимание и зрительную память. Да и вообще, что может быть лучше игр на свежем воздухе?

Правила игры. Распечатайте бланк с картинками, вложите его в твердую папку. А теперь одевайтесь потеплей и отправляйтесь с ребенком на прогулку по-зимнему, предновогоднему городу. Ваш ребенок должен будет находить все, что изображено на рисунках, и отмечать находки галочкой. Или же вы вместе все находки фотографируете и делаете дома подробный фотоотчет.

Снежинки

Снег сам по себе очень уникален! Если на улице подходящий снег, состоящий из отдельных снежинок, то дайте ребенку лупу, чтобы он мог рассмотреть какие они все разные и красивые.

Снежинку можно сфотографировать в режиме макросъемки на темном фоне и получится отличное фото!

Хочется предложить родителям сформулированные семейные правила, касающиеся режима дня, закаливания, питания и других составляющих здорового образа жизни.



След в след

Расскажите ребенку о том, как ходят волки в стае (след в след). А после этого предложите поиграть в догонялки, но с одним условием: тот, кто догоняет, должен преследовать убегающего след в след.

Рисование на снегу палочкой

Если вы любите летом рисовать палочкой на сыром песке, то зимой вы можете попробовать рисовать ей на снегу.

Снежные цветы

Приготовьте для опыта:

- соломинку,

- раствор для надувания мыльных пузырей

Когда облако образуется при очень низкой температуре, вместо дождевых капель пары воды сгущаются в крошечные иголочки льда; иголочки слипаются вместе, и на землю падает снег. Хлопья снега состоят из маленьких кристалликов, расположенных в форме звездочек удивительной правильности и разнообразия. Каждая звездочка делится на три, на шесть, на двенадцать частей, симметрично расположенных вокруг одной оси или точки.

Нам нет нужды забираться в облака, чтобы видеть, как образуются эти снежные звездочки.

Нужно только в сильный мороз выйти из дома и вынуть мыльный пузырь. Тотчас же в тонкой пленке воды появятся ледяные иголочки; они будут у нас на глазах собираться в чудесные снежные звездочки и цветы.

Семейный кодекс здоровья:

1. Каждый день начинаем с улыбки.
2. Просыпаясь, не залеживаемся в постели, а посмотрим в окно и насладимся красотой зимнего утра.
3. Берём холодную воду в друзья, она дарит бодрость и закалку.
4. В детский сад, на работу – пешком в быстром темпе.
5. Не забываем поговорить о зиме.
6. Будем щедрыми на улыбку, никогда не унываем!
7. В отпуск и выходные – только вместе!

Автор рубрики педагог-психолог:
Демьяненко С. С.



Рубрика «Физкульт-привет»

Правила безопасности зимних видов спорта

Сегодня поговорим о том, как сделать занятия зимними видами спорта безопасными для вас и ваших детей.

Катание с горок

Это очень любимое зимнее развлечение. Скорость, свист свежего ветра, буря эмоций и веселье! Однако, необходимо помнить, что для того, чтобы эмоции остались только положительными, следует соблюдать ряд правил.

Горка — место повышенной опасности! Поэтому всегда выбираем специально оборудованные склоны. Нельзя кататься вблизи деревьев и проезжей части, использовать в качестве горок железнодорожные насыпи. Желательно избегать горок с трамплины — неудачные приземления чреваты компрессионными переломами позвонков. Наиболее безопасным средством считаются обычные детские санки — с них легко завалиться набок, можно рулить и тормозить ногами. Ледянки — особенно, в форме корыта и тарелки — часто становятся неуправляемыми на ледяных склонах и в принципе не предназначены для детей младше 3-х лет. Снегокаты рассчитаны на одного ребёнка возрастом от 5 до 10 лет. Он развивает огромную скорость, может легко зацепиться передним полозом за препятствие и перевернуться. Кататься взрослому с ребёнком тоже небезопасно — в случае опасности с него довольно сложно эвакуироваться на скорости.

Ватрушки или тюбинг — камень преткновения и самое нелюбимое средство всех врачей -травматологов. Поэтому для тюбинга необходимо выбирать только специально оборудованные под этот вид развлечений трассы!!! Ватрушка совершенно неуправляема на скорости и соскочить с неё невозможно. По возможности следует избегать этого средства катания.

В любом случае при катании с горок лучше соблюдать правила:

- Одно средство — один ребёнок. Не следует сцеплять санки, снегокаты или ватрушки «паровозиком»
- Не скатываться на ногах или корточках
- Не съезжать спиной вперёд — всегда необходимо смотреть вперёд на горку при спуске
- Использовать шлем у детей
- Если столкновения не избежать, стараться всеми силами завалиться набок и катиться в сторону
- Сразу уходить в сторону с горки после спуска
- Не съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.

Коньки

Отличное зимнее развлечение, Развивающее координацию, чувство баланса и укрепляющее мышцы ног. Обычно дети могут освоить катание на коньках с 4–5 лет, раньше.

Важно правильно выбрать коньки — они должны плотно сидеть на ноге и жестко фиксировать голеностопные суставы. Также необходимо подобрать одежду — она не должна быть громоздкой, но должна быть лёгкой и тёплой. Обязательно использовать защиту: надколенники, налокотники и шлем у детей. Падений обычно не избежать, но важно научиться падать набок или вперёд рыбкой. Если ребёнок падает часто, но кататься любит, можно в магазине для фигуристов приобрести специальные штаны или шорты.

Важно кататься там, где имеется хорошее покрытие без ям и трещин.

Напоминаем об опасности катания на замёрзших водоёмах, т.к. всегда существует опасность провалиться под лёд. Нельзя отпускать ребенка кататься одного, поэтому, если вы не владеете коньками, сначала придётся научиться самим).

Автор рубрики инструктор по физической культуре: Курская А. А.

КАК НАДО ПАДАТЬ



ПАДЕНИЕ ВПЕРЕД

Ноги выпрямите, руки слегка согните в локтях и напрягите, пальцы немного расстепните и выставьте вперед. Как только руки коснулись земли, слегка выпрямите их (как при отжимании).

ВНИМАНИЕ!

Все методы требуют предварительной тренировки!

ПАДЕНИЕ НАЗАД

Если ноги летят вперед, то необходимо развести прямые руки в стороны под углом 45 градусов к телу, повернув их ладонями вниз.



Подбородок положите на грудь и закройте рот, колени немного согните и разведите в стороны. Спину надо выгнуть дугой. В этом случае руки первыми коснутся земли и сработают в роли амортизаторов.

ПАДЕНИЕ НА БОК

В этом случае руку надо убрать из-под себя, развернув её ладонью вниз. Рука первая касается земли (не падайте на локоть!). Оказавшись лицом вниз ногу во время падения следует согнуть на 90 градусов.

СГРУППИРОВАВШИЙСЯ ВО ВРЕМЯ ПАДЕНИЯ

(самый лучший вариант)

КАК НЕЛЬЗЯ ПАДАТЬ

НА ЛОКОТЬ

Последствия: перелом ключицы.



НА ВЫТЯНУТУЮ РУКУ

Последствия: перелом костей, образующих локтевой сустав (возможно, со смещением или осколками), травма запястья.



НА ЯГОДИЦЫ

Последствия: компрессионная травма позвоночника.

НА КОЛЕНЬ

Последствия: травма коленной чашечки.



Последствия: сотрясение мозга.

Рубрика «Творческая мастерская»



Вот наступил второй месяц зимы- январь. Он наполнен своими праздниками и их традициями. 7 января мы отмечаем - Рождество Христово. Этот праздник несет свои традиции. У каждой семьи есть свои традиции празднования.

Подготовка к большим праздникам, особенно к Новому году и Рождеству, бывает не менее занимательна и приятна, чем сам праздник. Нужно сделать так, чтобы малыш был не только зрителем рождественской сказки, но и ее создателем и участником. Для этого надо привлечь ребенка к праздничным приготовлениям.

В прежние времена в канун Рождества и на святках выпекали из теста фигурки животных, чаще всего свинок. Эти фигурки назывались «козулями» и были символом плодородия. Люди одаривали друг друга этим печенем. Кто съедал «козулю», тот будто бы получал хорошие, полезные качества того животного, вид которого она имела. Почему бы не возродить этот славный древний обычай? Ведь как интересно вместе с малышом лепить или вырезать из теста фигурки разных зверюшек, а потом с добрыми рождественскими пожеланиями угождать своими изделиями друзьям и соседям!

Ребенок дошкольного возраста вполне способен выполнить простые украшения. Проще всего сделать цепи из полосок цветной бумаги. Можно изготовить и «фунтики». Из цветной бумаги или фольги делаем небольшие кулечки (конусы), склеиваем их, чтобы не разворачивались, или скрепляем степлером. Заполняем кулечки мелкими конфетками (драже, монпасье, «морские камешки» и т.п.) или орешками. Закрываем верх кулечка, чтобы не высыпалось содержимое, привязываем к «фунтику» ниточку и вешаем на ёлку. Нетрудно сделать «китайские фонарики».

Один из главных атрибутов Рождества – рождественская звезда, вспыхнувшая в небе под городом Вифлеемом в момент рождения Спасителя. Нарисуем на плотном картоне контур и вырежем звезду. Золотую, серебряную или разноцветную фольгу нарезаем небольшими кусочками и обклеиваем ими звезду с обеих сторон. Приятного вам творчества.

Автор рубрики воспитатель: Вязкова Н. Н.



Рубрика «Календарь памятных дат»

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

Не пропустите день Снеговика, Пингвина Эскимо и много других необычных праздников

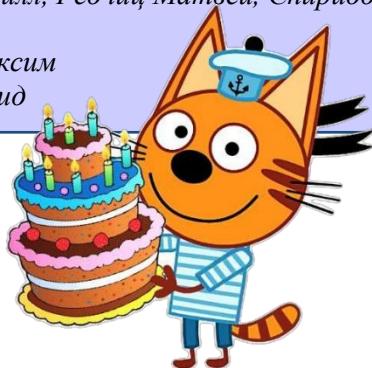
Автор рубрики: воспитатель Аверина И. Н.



С **Рождением!**

Именинники декабря

- 3.01 Амплеева Полина
- 4.01 Бочарова Полина
- 6.01 Ратников Денис
- 8.01 Баранова Вика
- 12.01 Логинова Дарина
- 13.01 Мирошниченко Мирослава, Косачев Гордей
- 14.01 Жаренова Настя
- 18.01 Мазайкин Никита
- 20.01 Семакин Кирилл, Редчиц Матвей, Спиридонов Миша
- 26.01 Соловьев Максим
- 27.01 Карасев Демид



Поздравляем!

«Мы поздравляем!»

Желаем радости и песен,
И жизни сладкой, как варенье,
День ото дня всё интереснее.
Здоровья крепкого, веселья;
Хороших книжек и подружек,
Конфет, игрушек, каруселей –
Всего-всего, что в жизни важно!

Автор рубрики: воспитатель
Смольянинова О. А.



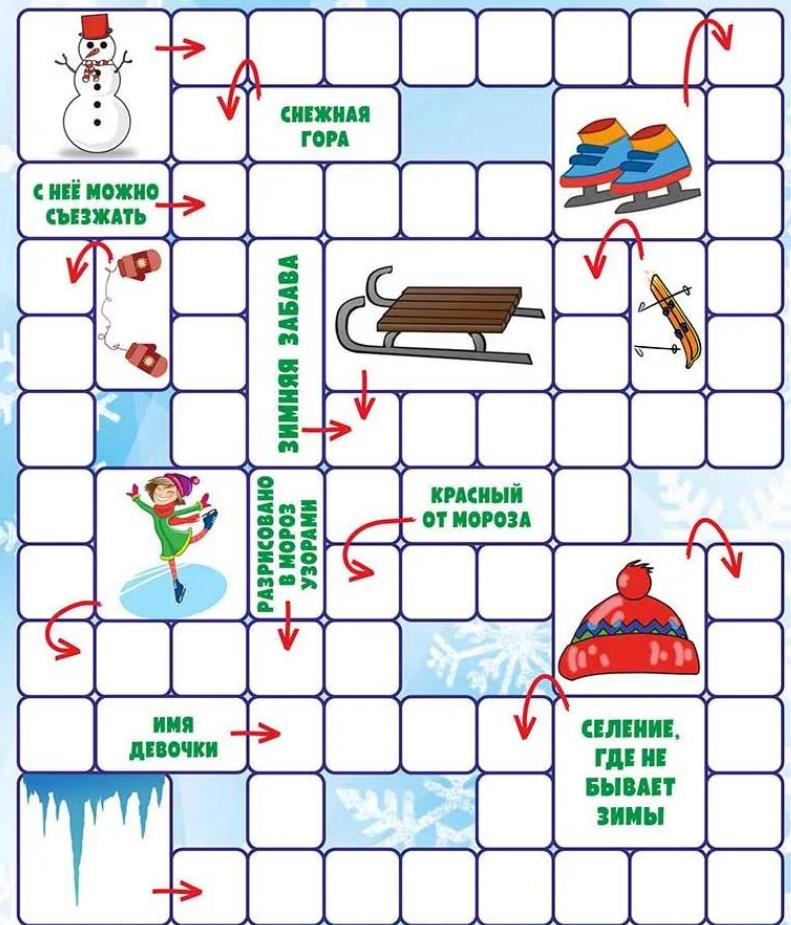
Мнемотаблица стих «Зима»

Наконец пришла зима 	Стали белыми дома 	Снег на улице идет 	Дворник улицу метет 
Мы катаемся на санках 	Пишем на катке круги 	Ловко бегаем на лыжах 	И играем мы в снежки 



ЗИМНИЙ СКАНВОРД

Разгадай сканворд и найди слова, которые обозначают зимние развлечения.



Найди отличия



Найди ? отличий



Ребусы

Читаем по первым буквам



Рубрика «Детский гороскоп» на январь

Автор рубрики: воспитатель Петрова С. А.

Овны (21 марта — 19 апреля)

Дети-Овны будут полны энергии и энтузиазма, готовые к новым начинаниям. Здорово, если они смогут направить эту энергию в спорт или творческие занятия.



Тельцы (20 апреля — 20 мая)

Для детей-Тельцов январь будет благоприятным для общения. Взаимодействие с друзьями и родственниками принесет радость и позитивные эмоции.



Близнецы (21 мая — 20 июня)

Январь может принести детям-Близнецам новые интересные идеи и стремление к познанию. Возможно, их заинтересует новое хобби или направление в учебе.



Раки (21 июня — 22 июля)

У детей-Раков может повыситься эмоциональная чувствительность. Важно уделить им больше внимания и поддержки.



Львы (23 июля — 22 августа)

Для детей-Львов этот месяц может стать периодом активного самовыражения. Они будут стремиться к лидерству и вниманию со стороны окружающих.





Девы (23 августа — 22 сентября)

Дети-Девы могут проявить повышенный интерес к порядку и организации. Им понравится помогать в домашних делах или заниматься чем-то, требующим точности.

Весы (23 сентября — 22 октября)

Дети-Весы будут стремиться к гармонии и балансу. Им важна поддержка близких, и они будут стараться избегать конфликтов.



Скорпионы (23 октября — 21 ноября)

У детей-Скорпионов может проявиться интерес к тайнам и загадкам. Им будет интересно изучать что-то новое и неизвестное.



Стрельцы (22 ноября — 21 декабря)

Дети-Стрельцы будут полны оптимизма и желания исследовать мир. Им захочется больше узнавать о чем-то новом, путешествовать или мечтать.



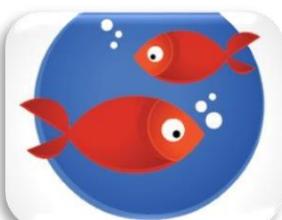
Козероги (22 декабря — 19 января)

Для детей-Козерогов январь может стать периодом сосредоточенной учебы. Они будут готовы приложить усилия для достижения своих целей.



Водолеи (20 января — 18 февраля)

Дети-Водолеи могут обнаружить в себе новые таланты и интересы. Необычные увлечения и необычные идеи будут их привлекать.



Рыбы (19 февраля — 20 марта)

Дети-Рыбы будут особенно восприимчивы к искусству и музыке. Им может потребоваться больше времени для уединения и своих мечтаний.



Дополнительная информация:

Наша газета будет выпускаться 1 раз в месяц.

Следующий номер газеты выйдет в феврале

*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, Петрова Светлана Александровна

