

Газета для родителей «ЗВЁЗДОЧКА»

Выпуск №12
(сентябрь, октябрь, ноябрь)

В этом выпуске:

1. Осень. Сентябрь Октябрь Ноябрь
2. Стихи про осень
3. Загадки про осень
4. Наблюдение за природой
5. Профилактика гриппа и вирусных заболеваний
6. Осенние прогулки с детьми
7. Осень без простуды
8. Празднуем осенью.
9. Осенью можно рисовать не только красками
10. Играем вместе

ОСЕНЬ

Берёзы косы расплели,
Руками клёны хлопали,
Ветра холодные пришли,
И тополи затопали.

Поникли ивы у пруда,
Осины задрожали,
Дубы, огромные всегда,
Как будто меньше стали.

Всё присмирело. Съёжилось.
Поникло. Пожелтело.
Лишь ёлочка пригожая
К зиме похорошела

М. Садовский



Осень



Ходит осень по дорожке,
Промочила в лужах ножки.
Льют дожди
И нет просвета.
Затерялось где-то лето.

Ходит осень,
Бродит осень.
Ветер с клена
Листья сбросил.

Под ногами
коврик
новый,
Желто-
розовый
Кленовый.



Сентябрь

Сентябрь - первый месяц осени. Название месяца произошло от латинского слова, которое в переводе означает седьмой. Новый Год у древних римлян начинался 1 марта, поэтому сентябрь был седьмым месяцем. В сентябре начинается листопад у берез, кленов, осин, вяз, лип. За ночь лужи иногда подергиваются первым тонким ледком. К концу сентября лиственный лес стоит голый.

Первый осенний месяц сентябрь назывался на Руси «листопадом», у словаков - «груденем», на Украине - «вересенем». Имел он и другое название - «ревун», потому что именно в сентябре начинались осенние холодные ветры. Но в середине - конце сентября ждали наступления тихого и солнечного «бабьего лета», когда солнце греет еще по-летнему, но утренние холода уже дают о себе знать.

Сентябрь совмещает лето и осень. Сентябрь - вечер года.

1-23 сентября - Начало осени.

22-23 сентября - день осеннего равноденствия.

24-30 сентября - Золотая осень.

О начале грибной поры предупреждают густые теплые туманы. Перистые облака - предвестники близких перелетов птичьих стай.

Холоден сентябрь, да сыт.

Гром в сентябре предвещает теплую осень.

1 сентября - День знаний

8 сентября - Международный день грамотности

21 сентября - Международный день мира

27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников



Октябрь

Октябрь - второй месяц осени. В переводе с латинского языка означает восьмой.

В октябре исчезают грачи. В воздухе кружатся первые снежинки. К концу месяца окончательно замерзают водоемы и уже могут появляться первые сосульки.

Старинное русское название месяца Октомбрь, Октябрь. Грязник. Листопад. Подзимник. Позимник. Свадебник. Зазимье. Но чаще у крестьян именовался он нелестно - грязником, от осенних дождей, причиняющих ненастье и грязь.

1-15 октября - Золотая осень

16-23 октября - Глубокая осень

24-31 октября - Предзимье

Дожди в октябре - тихие, затяжные, холодные. Случался, однако, и гром. Он служил важной приметой: Гром в октябре предвещает бесснежную, короткую и мягкую зиму.

Осень говорит: "Озолочу", а зима: "Как я захочу!"

Сентябрь пахнет яблоком, октябрь - капустой. .

Октябрь то плачет, то смеется.

Октябрь землю покроет, где листком, где снежком.

В октябре ни на колесах, ни на санках.

В октябре семь погод на дворе: сеет, веет, крутит, мутит, ревет, сверху льет, снизу метет.

1 октября - Всемирный день пожилого человека ,

В первую пятницу октября - Международный день улыбки

5 октября - День учителя



Ноябрь

Ноябрь - последний месяц осени - предзимье. В этом месяце уже ложится снег и раздаётся первая веселая песенка большой синицы.

Ноябрь англ. November - от лат. novem "девять", таковым по счету он был у римлян.

В середине ноября прилетают хохлachi-свиристели, щеглы, ярко-малиновые щуры, пуночка, или полярный воробей (улетает рано весной). Светлеют зайцы-беляки. Меняют шкурки белка, ласка. Коричневая шубка на белке становится голубовато-серой. С 21 ноября начинается «Месяц зимних гостей». Прибывают зимние гости: красногрудые, красноголовые чечетки, клесты, чижи, снегири, сойки.

С 1 по 26 ноября - Предзимье.

С 27 по 30 ноября - Первозимье.

Самый туманистый месяц года. В ноябре обычны заморозки, и даже морозы. А могут быть и оттепели. Отсюда и названия месяца, связанные с горами замерзшей грязи - Грудень; с упавшими, зачахшими листьями - Листоной. В ноябре опадали последние листья и на большей части территории России устанавливалась настоящая зима. С середины ноября мороз сковывал реки и озера льдом. Если в конце октября выпадал снег, в ноябре он уже не таял, лежал плотным слоем.

Ноябрь - ворота зимы. Ноябрь - сентября внук, октября сын, зиме родной батюшка. Ноябрь - сумерки года. В ноябре зима с осенью борется. В ноябре мужик с телегой прощается, в сани забирается. Ноябрьские ночи до снега темны. Яркие звезды в небе - к холодам.

1 ноября - Хэллоуин. День всех святых

4 ноября - День народного единства

В первую субботу ноября -

Всемирный день мужчин

7 ноября - День воинской славы России.

27 ноября - День матери в России



Стихи про осень

Опустел скворечник,
Улетели птицы,
Листьям на деревьях
Тоже не сидится.
Целый день сегодня
Все летят, летят...
Видно, тоже в Африку
Улететь хотят.

И. Токмакова

Наступила осень
Осень наступила,
Начались дожди.
До чего ж уныло
Выглядят сады.

Потянулись птицы
В тёплые края.
Слышится прощальный
Клёкот журавля.

Солнышко не балует
Нас своим теплом.
Северным, морозным
Дует холодком.

Очень уж печально,
Грустно на душе
От того, что лето
Не вернуть уже.

Е. Арсенина

В сентябре откроет школа
Двери для детей веселых,
У зверят же свой урок -
Запасать продукты впрок.
Все грибы мы соберем
Перед встречей с октябрём.

В октябре дни станут тише,
Будет дождь шагать по крышам,
Стаи птичек перелетных
Улетят от дней холодных,
Но все звери спать в норе
Лягут только в ноябре.

В ноябре на лужах лед
Блеск зеркальный наведет,
За окном и по опушкам
Будем вешать мы кормушки
И покормим снегиря
На пороге декабря.

О. Емельянова

Осень. По утрам морозы.
В рощах желтый листопад.
Листья около березы
Золотым ковром лежат.

Е. Головин

Листопад, листопад,
Листья желтые летят.
Под ногой они шуршат,
Скоро голый будет сад.

— Почему к зиме деревья
Раздеваются кругом?
— А деревьям тоже нужно
Раздеваться перед сном!

В. Орлов

Загадки про осень

Пусты поля, мокнет земля,
Дождь поливает, когда это бывает?
(Осенью)

Пришла без красок и без кисти
И перекрасила все листья.
(Осень)

Рыжий Егорка
Упал на озерко,
Сам не утонул
И воды не всколыхнул.
(Осенний лист)

Кто всю ночь по крыше бьёт
Да постукивает,
И бормочет, и поёт, убаюкивает?
(дождь)

Шел догвяз, в сыру землю увяз.
(дождь)

Крупно, дробно зачастило,
И всю землю намочило.
(дождь)

Тучи нагоняет,
Воет, задувает.
По свету рыщет,
Поет да свищет.
(Ветер)

Летит, а не птица,
Воет, а не зверь.
(Ветер)

Осень в гости к нам пришла
И с собою принесла...
Что? Скажите наугад!
Ну, конечно ...
(Листопад)

Не колючий, светло-синий
По кустам развешан ...
(Иней)

Не снег, не лед,
А серебром деревья уберет.
(Иней)

Летом вырастают, а осенью
оппадают.
(Листья)

Он идет, а мы бежим,
Он догонит все равно!
В дом укрыться мы спешим,
Будет к нам стучать в окно,
И по крыше тук да тук!
Нет, не впустим, милый друг!
(дождь)



Наблюдаем за природой

Вот и закончилось лето. Вы привели своего подросшего и окрепшего малыша в детский сад, но ваши ежедневные прогулки с ним продолжаются.

- Обратите внимание на то, что с наступлением осени становится холоднее, солнышко уже не греет так, как летом, чаще дует холодный ветер, идет дождь. Одежда стала более теплой и на смену футболке пришла куртка. Для определения силы ветра предложите ребенку поиграть с втушкой, рассмотреть, как качаются ветки деревьев.
- Обращайте внимание ребенка на то, как меняются растения: начинает желтеть трава, отцветают цветы, появились первые желтые и красные листики на деревьях. Объясните, что начинается листопад. Понаблюдайте за тем, как кружатся в воздухе разноцветные листья.
- Предложите ребенку изобразить, как кружатся в воздухе листочки. Соберите букет из осенних листьев, засушите, и поставьте его дома.
- Во время прогулки обратите внимание на то, что не слышно птичьего пения. Расскажите ребенку, что многие птицы уже улетели в теплые края, а другие готовятся к отлету. Если есть возможность, покажите стаю улетающих на юг птиц. Объясните, что птицы улетают, потому что стало холодно, исчезли насекомые, которыми они питались. Расскажите, что весной эти птицы вернуться к нам. Не зря их называют перелетными. К середине осени организуйте подкормку птиц.



Профилактика гриппа и вирусных заболеваний

Осень – сезон холодных дождей и ветров, у ребенка часто совпадает с адаптацией после отдыха на даче или у моря к детскому саду и, увы, с простудными заболеваниями.

Основные причины того, что ребенок становится часто болеющим, давно известны:



Контакты. Чем больше дети общаются с другими детьми, тем чаще они «подхватывают» инфекции. Если у вас нет возможности побыть с ребёнком дома, то хотя бы во время эпидемий не посещать с ним места скопления людей (магазины, кинотеатры и театры, общественный транспорт).

Вот элементарные правила, которые должны войти в привычку родителей чьи дети, посещают детский сад:

* Перед выходом на улицу смажьте слизистую носа ребенка мазью Виферон или оксолиновой мазью.

* После того как вы привели домой, промойте носик малышу любым солевым раствором (Акваларис, Физиомер). Можно просто раствор морской соли (1 ч.л. на стакан воды) закапать ребенку в нос. Старшим детям, начиная с трех-четырех-летнего возраста, можно солевым раствором прополоскать горло. Этим Вы механически вымываете возможные вирусы из носоглотки.

* Если Вы или кто-то из вашего окружения заболел – не поленитесь надеть на себя (или другого заболевшего) марлевую маску. Еще лучше, если это возможно – вообще изолировать ребенка от заболевшего человека.

* Максимальное пребывание на свежем воздухе, помогает укрепить иммунитет ребёнка .



* И, наконец, вакцинация. Во-первых – против гемофильной инфекции. Во-вторых – прививка от гриппа. Эта прививка показана, прежде всего, тем детям, у которых грипп, скорее всего будет протекать с

Осенние прогулки с детьми

Как же интересна природа в осеннее время года. Детям интересно наблюдать за явными изменениями природы. Это проявляется в колебаниях солнечного света, количестве осадков, а также температуры воздуха. Но, так или иначе, всё живое имеет свойство приспосабливаться к таким изменениям. Проявление сезонных изменений у растений: все растения по-разному переносят холод. Одни накапливают питательные вещества в корнях, их верхняя часть при этом отмирает, так растение будет отдыхать до весны. Лиственные деревья сбрасывают листву, потому что в холодное время года им недостаточно солнечного света для образования в них питательных веществ. В это время они также отдыхают, а весной «просыпаются» радуя всех новыми листочками. Исключениями являются вечнозелёные растения. Они сохраняют свою листву в холод, но начинают расти с приходом весны.



Проявление сезонных изменений у животных: здесь также имеются различия. Одни животные, чтобы выжить в холодный сезон, уменьшают свою активность и засыпают. У других есть свои способы выживания в осеннее - зимний период. Птицы делятся на перелётных (улетающих в тёплые края, там, где больше пищи) и зимующих. Стоит отметить всю красоту природы во время осенней прогулки. Обратите внимание на красоту разноцветных осенних листьев на деревьях и кустарниках, как облетая они образуют яркий ковёр на земле. Послушайте, как шуршат опавшие листья под ногами. Также будет интересно их собирать и рассматривать, собрать гербарий, сделать букет – всё на что способна ваша фантазия будет вызывать у вас и ребёнка много положительных и памятных эмоций.

Поиграйте в игры, можно придумать их прямо на ходу. Например, показывая лист, попросить ребёнка определить с какого дерева он упал, постараться вспомнить его название. Можно сопровождать игру такими слоганами, как: «Раз, два, три, дерево с такими листьями найди!». Такая игра будет и интересна, и познавательна. Будет веселей, если пригласить к участию других детей.



«Осень без простуды»

Вот так неожиданно после жары пришла осень с прохладной погодой и дождями. Следовательно, не за горами и первые простуды у детей всех возрастов.

Что сделать, чтобы ребенок не простудился в осенний период? Как не допустить элементарного насморка или ОРВИ? Как с радостью прожить этот осенний период? Да, в общем, ничего нового или сверхъестественного вам и делать не надо. Просто сядьте, возьмите листок бумаги и ручку и составьте **план профилактических мероприятий**. Удивлены? А зря! Только комплекс мероприятий, то есть разнообразные действия в разных областях дают гарантированный результат.

Итак, за дело. **Как составить план профилактических мероприятий для вашего ребенка?**

1. **Побеседуйте** со всеми членами семьи о необходимости проведения профилактических мероприятий дома. Лучший пример для ребенка - пример родителей! Да и коллективная деятельность сближает всех членов семьи и располагает к систематическим упражнениям в привычке «Быть здоровыми».

2. Подумайте, в какую **интересную игру** можно поиграть всей семьей с целью «быть здоровыми». Почему это надо сделать? Когда ребенку неинтересно, он будет или саботировать или выполнять с неохотой «полезные» процедуры. Радость и польза от «здоровых привычек» у ребенка появляется только в том случае, когда это приятно, интересно, занимательно. Так что играть, или «секретничать», или путешествовать в страну Здоровья надо.

3. От чего чаще всего появляется простуда у ребенка? Правильно - от воды: или ребенок ноги простудил, или долго находился в дождливую сырую погоду на улице. Что делать? **От чего заболи, тем и лечиться надо.**

- **Прогулки в любую погоду.** Пусть не продолжительные по времени, но обязательные и систематические. Учтите, пожалуйста, что прогулки вместе с ребенком по магазинам способствуют обратному эффекту, то есть приобретению воздушных инфекций.

Прогулки – это нахождение ребенка на улице, пешие прогулки по парку или скверу (на велосипеде, на роликах, зимой- на лыжах). Полюбовавшись красотой осенней природы, вы способствуете развитию движений ребенка и хорошему обмену веществ, а также успешной адаптации к сырому и влажному климату.

- **Водные процедуры.** Перечислять и рассказывать о пользе водных процедур можно долго. Все водные процедуры прекрасно закаливают и повышают иммунитет ребенка.

Для растущего организма водные процедуры является практически незаменимыми. Они закаливают организм ребенка, развивают мышцы, способствуют росту и нормализуют состояние вегето-сосудистой системы ребенка. К водным процедурам относятся умывание, полоскание горла, обливание конечностей и всего тела, купание в ванне, плавание в бассейне, посещение бани и сауны, поездки и отдых на море. И запомните, пожалуйста, все водные процедуры являются универсальным средством расслабления всех мышц и успокоения нервов.

4. Осенняя витаминизация детей. Звучит о-о-о- как! А выбора всего два. Первый - пойти в аптеку, купить и пропить курс детских витаминов. В выборе такого комплекса индивидуально для вашего ребенка вам поможет лечащий врач. Второй – использовать пожелания ребенка скушать что-то «вкусное и полезное». Да при этом еще добрую привычку воспитать у ребенка. Как этого достичь? Вам примерный рацион «вкусных и полезных привычек»:

- Начиная прямо сейчас ежедневно по утрам и вечерам пить **чай с лимоном** и съесть его с сахаром вместе с цедрой. Я же говорила вам, что пример родителей – заразителен. Ну, заразите вашего ребенка добрыми и здоровыми привычками, пока это не сделала вирусная инфекция!
- **Приучите ребенка к чесноку.** Чеснок не обязательно есть в чистом виде. Свежий чеснок можно просто мелко нарезать и посыпать его в тарелку с супом.
- Детям нравится носить на шее «здоровые амулеты». Вот и положите в пластмассовый кокон от киндер сюрприза дольку свежего чеснока и меняйте каждое утро, а дома у кровати или на столе ребенка поставить раздавленный чеснок в блюде.
- Купите в аптеке богатый витаминами (особенно витамином С) сироп шиповника. Добавляйте его в чай или давайте ребенку как самостоятельный напиток, разводя в теплой воде.

Вы практически обеспечите своему ребенку не только хороший иммунитет, но еще и бодрость, и работоспособность в детском саду. Почему? Потому что сироп шиповника способствует повышению активности и дает хороший заряд бодрости и энергии.

5. Беседуйте с ребенком о правилах сохранения здоровья:

- В детском саду, на улице, в общественных местах надо закрывать нос и рот, когда находишься рядом с людьми, которые чихают и кашляют.
 - Перед едой мыть руки и высмаркивать нос.
 - Пользоваться только своими личными вещами (носовой платок, вилка, ложка).
- Потому что через чужие вещи инфекция может попасть в организм ребенка.

6. Продумать гардероб ребенка. Знаете ли вы, что одной из возможных причин простуды в осенний период является несоответствие одежды ребенка погоде на улице. Почему-то одни родители перегревают своего ребенка, другие – одевают легкомысленно легко.

Чтобы ваш ребенок избежал простуды, исключите возможные причины. Одевайте своего ребенка по сезону, не теплее и не легче необходимого.

Основные требования к одежде ребенка:

1. Хорошая обувь в соответствии с погодой - это залог здоровья вашего ребенка. Ноги должны быть сухие и теплые.
2. Головной убор или капюшон на куртке. Голову всегда держим в тепле.

Трудно? Нет! Лучшая защита от простуды осенью - её комплексная профилактика.

Будьте здоровы!

Празднуем осенью

1 сентября - День знаний — это первые звонки в школе и волнения, море цветов и белых бантов, и, конечно, традиционные уроки мира. Это самый долгожданный день для тех, кто впервые переступит школьный порог.

Отмечается в честь начала нового учебного года с 1980 года.

8 сентября - Международный день грамотности

В сентябре 1965 года в Тегеране состоялась Всемирная конференция министров образования по ликвидации неграмотности.

16 сентября - День работников леса

В третье воскресенье сентября отмечают свой профессиональный праздник работники леса, заботящиеся о сохранении, рациональном использовании и преумножении лесных богатств.

23 сентября - Осеннее равноденствие

27 сентября - День дошкольного работника, главная идея праздника — помочь обществу обратить больше внимания на детский сад и на дошкольное детство в целом. Дошкольный возраст — особенно важный и ответственный период в жизни ребенка, в этом возрасте формируется личность, и закладываются основы здоровья. Благополучное детство и дальнейшая судьба каждого ребенка зависит от мудрости воспитателя, его терпения, внимания к внутреннему миру ребенка. С помощью своих воспитателей дошкольники познают секреты окружающего мира, учатся любить и беречь свою Родину.

1 октября - Международный день пожилых людей

Самых добрых слов, доброго отношения ждут от своих близких те, кто подарил им много любви и тепла за всю свою не всегда лёгкую и радостную жизнь. Это пожилые люди, ваши бабушки и дедушки, родственники и знакомые.

1 октября - Всемирный день музыки

День музыки – это профессиональный праздник для всех музыкантов, композиторов, певцов, но также это и праздник для всех любителей и ценителей одной из важнейших составляющих нашей жизни – музыки. Во всем мире ежегодно он отмечается большими концертными программами.

Слово «музыка», в переводе с греческого означает «искусство муз». Музыка всегда была и будет величайшим искусством, достойным восхищения и преклонения.

4 октября - Всемирный день защиты животных призван объединять усилия людей в сохранении животного мира нашей планеты и в защите прав домашних животных. С незапамятных времён животные живут рядом с человеком в большом прекрасном доме, имя которому – Земля. Эмоциональную чуткость и ответственность за судьбы братьев наших меньших надо воспитывать с ранних лет. Детское сердечко, как говорят, непременно должно сжиматься от сострадания и боли за живое существо, юношеское – клокотать, а взрослое – не черстветь, даже будучи обременённым массой забот...

5 октября - День учителя - это повод выразить благодарность учителям и оценить их работу!

4 ноября - День народного единства отмечается ежегодно, начиная с 2005 года. Этот государственный праздник установлен в честь важного события в российской истории — освобождения Москвы от польских интервентов в 1612 году, и приурочен ко Дню Казанской иконы Божией Матери.

«Осенью можно рисовать не только красками»

Осень — это волшебное по красоте время года. Такого буйства всевозможных красок не бывает даже летом.

Это волшебная пора, когда увядание природы сопровождается буйством красок и удивительными открытиями для ребенка. Поделки из природного материала помогают объединить познание окружающего мира и творческое развитие детей в единый увлекательный процесс. Осенние листья – пожалуй, лучший подарок природы для совместных занятий родителей и детей. Этот материал открывает огромное поле для воплощения самых смелых идей.

1. «Рисуем листья листьями на асфальте»



Осенью так и хочется набрать красивых опавших листьев и принести их домой. Но не спешите, погуляйте с детьми, соберите охапку листьев и рисуйте прямо на асфальте. Листья будут вам служить красками. Дети будут в восторге, а у вас появится возможность пережить с детьми минуты радости, когда по дорожке поползут ежики, поскачут зайки и т. д. Рисуйте цветные круги, палочки - все будет красиво и необычно.

2. «Аппликация листьями»

Захватите на прогулку листок белого картона, немного пластилина и файл. Соберите с ребенком разноцветные листья, и на лавочке у дома, вместе с ребёнком, из собранных листьев соберите на листе бумаги его любимый персонаж из мультика, прикрепляя листья кусочком пластилина. Можно дать волю фантазии, готовую картинку поместить в файл и принести домой или подарить, кому ни будь (на день положите файл с работой в книгу, чтобы листья не изменили форму).

Волшебное возникновение изображения доставляет детям удовольствие, вызывает положительные эмоции, ребёнок видит результат своей деятельности, ощущает себя творцом чего-то необычного, загадочного. А если во всем этом ему помогают родители, если ребенок видит, что мама с папой так же увлечены, как и он сам, то, поверьте, в скором будущем перед нами - настоящая творческая личность, способная создавать уникальные шедевры!



3. «Рисуем сухими листьями»

Собрав на прогулке букет осенних листьев, поставьте его в вазу. Конечно, листья засохнут, станут ломкими и потеряют свою красоту. Но не расстраивайтесь. Создайте красивый рисунок, используя лист бумаги, клей и засохшие листочки. Засохшие листья положите в пакет и помните их, превращая в крошку. На листе бумаги нарисуйте рисунок, и обведите его кисточкой с клеем. Далее, вместе с ребенком посыпьте его крошкой из листьев и дайте высохнуть. После того как вы лишнее стряхнёте с листа бумаги (картона) у вас получится

необычная картина.

Каждый ребёнок представляет собой маленького исследователя, с радостью и удивлением открывающего для себя незнакомый и удивительный окружающий мир. Чем разнообразнее детская деятельность, тем успешнее идёт разностороннее развитие ребёнка, реализуются его потенциальные возможности и первые проявления творчества, а взаимодействие с родителями усиливает эти процессы.

А нестандартный подход развивает детскую фантазию, воображение, снимает отрицательные эмоции. Это свободный творческий процесс. Такое совместное творчество подарит детям новые ощущения, радость от выполненной работы.

Успехов вам, дорогие родители!



Играем вместе

1. Найди отличия



2. Раскрась картинку



