



# «ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ»

№ 3, март 2019г.



**8 МАРТА**

## В этом номере:

- Праздник бабушек и мам 2
- Гуляй, Масленица! 3
- Памятка по правилам поведения на водоемах во время паводка 4
- Здоровье детей весной 5
- Психология детского рисунка 6

**ПОЗДРАВЛЯЕМ!!!**

Всех женщин, девушек и девочек, с праздником 8 марта!

*Снег засыпал город наш, но это  
Кажется досаднейшей ошибкой,  
Потому что все вокруг согрето  
Женской потрясающей улыбкой,  
Значит – вот она, весна, в разгаре,  
Царствует, — ни больше и ни меньше, —  
С королевской щедростью всем дарит  
Первый свой подарок – Праздник Женщин!*



Праздник бабушек и мам

С весенней каплей, солнечными лучами пришёл мамин праздник к нам в детский сад. Дети трепетными стихотворениями, зажигательными и романтическими танцами, добрыми и ласковыми песнями, шуточными сценками и сказками подарили мамам много добрых слов, нежности и внимания. Посмотрев выступления своих детей, многие мамы были растроганы до слёз. А в некоторых танцах и играх взрослые участвовали наравне с малышами. Гости праздника (озорной Карлсон, проказница Кикимора, мелкая пакостница Шапокляк) дарили и взрослым, и детям радостное настроение, веселье и задор. Традиционно не обошлось и без подарков. Дети приготовили милым мамам и бабушкам цветы, бабочек, открытки, рисунки. Подарки были уникальны и поражали своей оригинальностью, красочностью. Праздничное весеннее настроение, весёлые детские улыбки зарядили энергией всех участников и гостей детского сада!



## Гуляй, Масленица!

Не найти такого человека в России, который не любил бы это праздник! Его ждут не только взрослые, но и, с большим нетерпением, дети.

Масленицу праздновали еще наши прадеды, так как этот замечательный, радостный праздник уходит своими корнями в глубину веков. Этот праздник праздновали наши родители, мы, а теперь – и наши дети.

В нашем детском саду стало уже доброй традицией проведение Масленицы. В детском саду в этот день с утра звучала веселая народная музыка, создавая настроение радости и веселья. Наряженные, веселые дети собрались на площадки в ожидании праздника. Праздник прошел по-особенному, весело! Медведюшка, Зима и Весна, красны девицы, Масленица веселили всех собравшихся. Игры, хороводы, веселые конкурсы не давали скучать никому!

Масленица - это озорное и веселое прощание с зимой и встреча весны, несущей оживление природе и солнечное тепло. Символом весны и солнца - является блин! Вот и мы проводили нашу Масленицу горячими золотистыми блинами, которые испекли для нас наши замечательные повара! В заключение праздника дети с восторгом наблюдают за тем, как горит чучело Масленицы. Представление закончено... Но чувство радости останется у детей надолго.



Хочется поблагодарить работников МУК «Центр культуры и досуга» пос. Дубовка за незабываемый праздник!

А всех детей и родителей поздравить с Масленицей и желаем щедрых столов, вкусных блинов, веселья и плясок, мгновений прекрасных. Пусть Масленица принесет запаса счастья на весь год!



## ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПО ПРАВИЛАМ ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ ВО ВРЕМЯ ПАВОДКА

### Это нужно знать:

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 15 сантиметров.
- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 дней, то прочность льда снижается на 25%.
- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный, белого - прочность его в 2 раза меньше, серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен.



### Что делать, если вы провалились в холодную воду:

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
- Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед.
- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лед здесь проверен на прочность.



и  
уже

### Если нужна Ваша помощь:

- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Следуйте ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
- Остановитесь от находящегося человека в воде в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.
- Ползите в ту сторону, откуда пришли.
- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь, в подобных случаях это может привести к летальному исходу.



### ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ЗВОНИТЕ:

01 или 112

## Здоровье детей весной



Почему весной дети часто болеют? Врачам ответ известен - ослабление иммунитета, нехватка витаминов и резкая смена погоды.

Вспотел, продуло - и готово!

Первенство в рейтинге мартовских болезней у детей держат простуды. Причем с высоким риском осложнений (бронхит, отит, гайморит, пневмония), так как после зимы организм ребятшек сильно ослаблен. Поэтому весной рассчитывать при простуде только на домашние средства рискованно, надо сразу же начинать интенсивное лечение.

Как действовать? Немногие знают о правиле первых суток: при появлении первых симптомов простуды врачи рекомендуют сразу же использовать противовирусные препараты, выбор которых в аптеках сейчас широк. Что делать, если остановить болезнь не удалось? С насморком лучше бороться, используя не масляные, а сосудосуживающие капли (но не более пяти дней).

При затяжном насморке, даже если нет температуры, необходима консультация у отоларинголога, который подберет индивидуальное лечение. Сухой кашель в течение 3 дней, это еще не страшно: можно поить ребенка молоком с боржоми или с инжиром (кипятят в течении 5 минут в молоке сухие порезанные ягоды). Но, если кашель и дальше остается сухим, нужны средства, разжижающие и облегчающие выход мокроты. Они помогают предотвратить бронхит и даже воспаление легких.

И не торопитесь выписывать ребенка в сад или в школу: после выздоровления желательно подержать его дома еще неделю, чтобы иммунитет восстановился, иначе возрастает риск «подцепить» новый вирус.

Важно! Часто болеющих детей уберечь от весенних простуд помогает профилактический курс иммуноукрепляющих препаратов, но назначать их должен только врач.

### Капризы погоды

Каждый второй ребенок до 5 лет бурно реагирует на перепады атмосферного давления и изменения погоды, которые ранней весной случаются часто. Дети жалуются на головную боль, становятся раздражительными, плохо спят.

Как действовать? Метеочувствительность у детей чаще всего зависит от состояния вегетативной нервной системы, поэтому, когда погода «капризничает», уделите особое внимание водным процедурам: теплая ванна на ночь, душ утром помогают лучше адаптироваться к изменениям погоды. Улучшить сон помогут ножные ванночки с морской солью (в 5 литрах воды развести 6 столовых ложек соли). Кроме того неплохо делать массаж перед сном: нежно и осторожно разминая пальчики ног.

Важно! Дети должны больше гулять, следите за их питанием: для укрепления нервной системы прежде всего нужны витамины группы В. Полезно принимать рыбий жир в капсулах.

Проблемы не удается решить? Стоит сходить с ребенком к невропатологу, врач может назначить мягкие успокоительные средства, физиотерапию...

### Три правила

У детей, как и у взрослых, весной нередко обостряются хронические заболевания: гастрит, гастроудоденит, тонзиллит и другие. Даже если ребенок хорошо себя чувствует, весенняя консультация со специалистом обязательна.

В межсезонье необходим прием поливитаминов: месячный курс, затем на неделю перерыв - и по новой до самого лета. Подбирайте препараты, соответствующие возрасту ребенка, - в них подобраны оптимальные состав компонентов и дозировка.

Весной особенно опасно «раскачивать» биоритмы, это ослабляет иммунитет. Постарайтесь добиться, чтобы ребенок ложился спать и вставал в одно и то же время, ел «по расписанию», гулял ежедневно не менее 2-3 часов.



## Психология детского рисунка: каким цветом рисует ваш ребенок?

### ЗЕЛЕНый

Не смотря на то, что этот цвет считается психологами одним из самых «безопасных», чаще всего он фигурирует на рисунках детей, которым недостаёт материнской любви и заботы.

«Зелёные» крохи обычно закрыты, консервативны; очень боятся лобых, даже малейших, перемен в распорядке дня или интерьер детской комнаты. И только мамино внимание способно выманить маленького умиленка из его ракушки.

### КОРИЧНЕВый

Этот, крайне, несвободный цвет чаще всего начинает появляться на «картинах» ребёнка, если он неуютно себя чувствует или заболел; возможно у него в принципе слабое здоровье. Коричневый цвет говорит о том, что ваш малыш задумывается о надёжном и безопасном убежище, в котором он мог бы спрятаться от внутренних и внешних детских «проблем».

### ФИОЛЕТОВый

Сложный цвет, полученный при смешении таких противоположных «синего» и «красного», поэтому и характер маленького человека, выбирающего фиолетовый цвет, нельзя причислить к обычному. «Фиолетовые» дети очень артистичные и очень чувствительные натуры: их нельзя ругать, потому что любое родительское недовольство сильно ранит.



### ОРАНЖЕВый

Оранжевое солнце, оранжевое небо, оранжевая мама. Увы, это не очень хороший признак, говорящий о том, что у темпераментного малыша нет энергии. Необходимо срочно придумать, как избежать первого срыва и истерики: может быть, отдать малыша в спортивную секцию, ну или, для начала, активно отдохнуть всей семьёй.

### СИНИЙ

Этот цвет выбирают спокойные, немного медангельные, но очень обаятельные малыши. Они любят делать все не торопясь, а на любое своё «почему» ждут обстоятельного и подробного ответа. «Синие» детки рано учатся читать и делают это с большим удовольствием, охотно делятся игрушками с другими детьми. Если вы заметили, что малыш перестал интересоваться другими цветами, вам следует пересмотреть методику воспитания, потому что внезапное появление синего цвета в рисунках, свидетельствует о том, что ребёнку не хватает покоя. Вкрапления зелёного, сиреневого и фиолетового цветов говорят об особом напряжении, вызванном страхами нарушить какие-либо родительские запреты и ограничения.



### ЖЕЛТый

Этот цвет выбирает мечтатель, фантазёр, шутник, который прекрасно может занять себя сам.

Родители удивляются: у малыша целый ворох дорогих развивающих игрушек, а кроха увлечённо играет камушками или веточками, принесёнными с прогулки. «Жёлтые» дети – творческие, оптимистично настроенные натуры, открыто выступающие за «творческий беспорядок». Единственный нюанс: не любят принимать решения и делать радикальный выбор в пользу чего-то конкретного. Но это и взрослым не чуждо.

### КРАСНый

Весёлый непоседа, открытый всему новому.

Правда, немного непослушный.

«Красные» малыши много бегают, шалят, участвуют, да и сами – затевают, какие-нибудь авантюры, игнорируют запреты.

Бывает, что отнимают игрушки у других детей, ломают.

Но в то же время, для них очень важна похвала.

Главная задача родителей: направить энергию весёлых непосед в созидательное русло,

постараться приучить к усидчивости.



### ЧЕРНый

Мрачный цвет. И появление его в детских рисунках, зачастую, очень пугает родителей. Но не стоит бояться! Особенно, если вы мама и папа до четырёх-пяти лет: малыши данной возрастной категории выбирают чёрный цвет, потому что...он наиболее контрастен к белой бумаге! Правда, если ваши кроха, видевшая до этого мир в розовых красках вдруг стала коллекционировать черно-белые рисунки, стоит уделить пристальное внимание отношениям с друзьями во дворе или детском садике; постараться аккуратно выяснить переживания и страхи малыша.

### СЕРЫЙ

Любители серого цвета – незаметные, скрытные, замкнутые и стеснительные малыши. Чаще всего этот цвет выбирают детишки, проводящие максимум своего времени во взрослом окружении: родители либо огораживают свою кроху от других детей, либо сами сверстники не принимают ребёнка в свой коллектив (причины для этого может быть множество...)

Ваша задача: выяснить суть проблемы общения со сверстниками и постараться оказать содействие в ее решении.

Появиться внезапно серый цвет может в том случае, если кроха перегружен занятиями в секциях и кружках.

