

ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Выпуск № 1/2019

“МЫ ВМЕСТЕ”

Спорт зимой



Театр и дети: волшебная сила **ИСКУССТВА**

2019 год Президент России Владимир Путин объявил Годом театра, цель которого – сохранить и популяризировать лучшие отечественные театральные традиции, достижения, усовершенствовать организацию театрального дела, привлечь внимание к театральному образованию.

Год театра торжественно открылся во всех регионах страны в единый день 13 декабря в Ярославле. В Тульской области Открытие Года театра состоялось в ЧекаLINE.

Большинство детей очень любят ходить в театр, воспринимают посещение спектакля как праздник, и долго потом переживают увиденное. Конечно, это относится не ко всем детям, исключения бывают, хотя и редко. Театр — место, где царит игра, где обитают необыкновенные взрослые, готовые и способные играть с детьми и для детей. Как не полюбить чудесное место, где сказка становится почти реальностью? Особенно нравятся детям интерактивные постановки, в которых зрители оказываются вовлечены в сценическое действие, в грандиозную Игру. Роль родителей исключительно важна: если они поведут себя недостаточно чутко, малыш может с первого же посещения получить отрицательный опыт, и на этом все закончится. Первые спектакли должны быть достаточно короткими, не продолжительнее 35-40 минут. Дети постарше, 5-6 лет, могут хорошо воспринимать и более длительные представления, но обязательно с перерывами. Важно правильно выбирать спектакль по возрасту детей так, чтобы у малыша не возникало трудностей с восприятием происходящего на сцене. Перед тем как идти в театр, обязательно нужно рассказать малышу о том, что это за место, зачем туда приходят люди, что в театре интересного. Расскажите ребенку, о чем будет спектакль, хорошо, если он будет основан на знакомой сказке или рассказе. Выбирайте театр, в котором родители могут сидеть в зале вместе с детьми: это практикуется не во всех театрах.

Очень хорошо, если перед спектаклем родители постараются создать у малыша предвкушение праздника. Для этого важно сделать все: красиво причесать ребенка, нарядить в красивый костюм, взять сменные красивые туфельки. Важно прийти в театр заранее — хотя бы за 30-40 минут. За это время малыш успеет привыкнуть к просторному, гулкому фойе, к толпе других детей, настроиться на прикосновение к сказке. Заранее нужно рассказать малышу о том, как нужно себя вести во время представления, чтобы не мешать другим детям и ничего не пропустить.

После спектакля обязательно говорите с ребенком о том, что он увидел. Пусть малыш рассказывает о своих впечатлениях домочадцам и друзьям, можно даже разыграть увиденное дома, с куклами и другими членами семьи. Театр позволяет проживать роли «почти настоящему». Дети на спектаклях реагируют на происходящее на сцене очень эмоционально, искренне. Они стремятся предупредить положительных героев об обмане или опасности, переживают, когда герой попадает в беду, ликуют, когда все заканчивается хорошо. Не лишайте ребенка радости общения с театром. Театр избавляет от одиночества, скуки и повседневной суеты.



Всемирный День снега или Международный день зимних видов спорта

В 2012 году в мире появилась еще одна хорошая традиция. Начиная с зимы 2012 года, в один из воскресных дней января по инициативе Международной федерации лыжного спорта (FIS) отмечается новый праздник — **Всемирный день снега**. Другое его название — **Международный день зимних видов спорта**.

Цель праздника — повысить интерес к зимним видам спорта и вовлечь молодежь в активный образ жизни. В этот день проходят «снежные фестивали», во время которых дети и взрослые смогут принять участие в соревнованиях на коньках, лыжах или сноубордах.

Дата проведения Дня снега выбрана неслучайно: в конце января, когда заканчивается сезон рождественских и новогодних каникул, важно привлечь внимание к горнолыжным курортам. Для участников проводятся веселые старты на лыжах, коньках, соревнования на сноубордах, групповые, одиночные или семейные состязания. Детям устраивают эстафеты на санках, снежные бои, конкурсы по лепке самой красивой и большой снежной бабы.

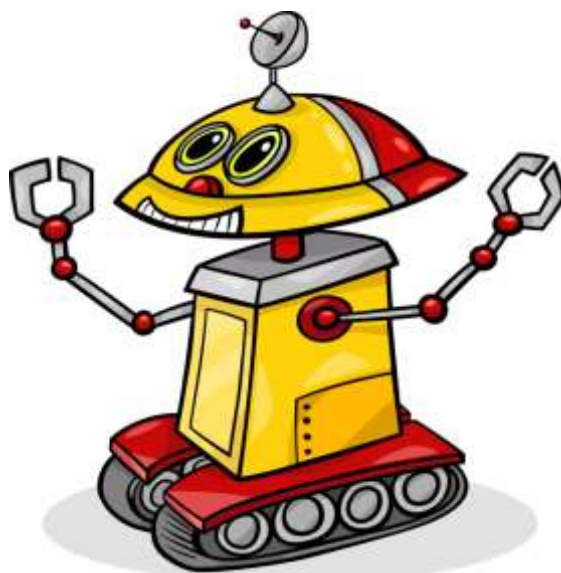
Часто организаторы устраивают бесплатные мастер-классы по горным лыжам, сноуборду от лучших спортсменов страны, поэтому каждый желающий может себя испытать, насладиться катанием. Самые ловкие имеют возможность посостязаться в метании снежков по мишени, а самые сильные — в метании валенка на дальность. Если в первый год проведения праздника участие в нем приняли более 20 стран мира, то ко второму году готовность поддержать международный фестиваль выразили уже около 40 государств. Что интересно, в их числе не только традиционные «горнолыжные» страны, но и менее известные в этом смысле Венгрия, Япония, Эстония и даже Пакистан. Праздник отметили народными гуляниями, спортивными соревнованиями, зимними карнавалами, игрой в снежки и катанием на лыжах. И с тех пор эта традиция сохраняется. Проводится все больше новых соревнований, и немалое внимание уделяется привлечению к участию в них детей и подрастающего поколения.



День детских изобретений

День детских изобретений 17 января – День детских изобретений. Эта международная праздничная дата отмечается в день рождения Бенджамина Франклина. Ребенком – изобретателем был Бенджамин Франклин. В детстве он изобрел простое приспособление для увеличения скорости пловца, изготовив дощечки размером по стопе ноги и кисти руки, продемонстрировав их скоростные возможности удивленным приятелям.

Ежегодно тысячи детей придумывают и создают чудные вещи, которые уверенно занимают место в повседневной жизни детей и взрослых. Детские изобретения не обязательно должны быть известны всему миру. Сколько простых, необходимых в быту вещей созданы детскими руками в результате нестандартного мышления и любви к мамам и папам. Присмотритесь к ребенку. Возможно, он не просто так бездельничает, валяясь на диване. Кто знает, может быть, именно в эту минуту он размышляет над очередным важным изобретением, которое поразит, если не все Человечество, то ближайшее окружение. Не мешайте, дайте подумать. Открытия свершаются не только в результате кропотливой работы, но и в процессе длительных размышлений. В детском возрасте все творили чудеса изобретательности: придумывали сюжеты и правила новых игр, сочиняли всевозможные отговорки, оправдывая какие-либо поступки, создавали незамысловатые приспособления для всяких мелочей. Думали, что нет ничего невозможного, и пытались изобрести невероятные вещи. Изобретали те, кто настойчиво добивался воплощения мечты, желаний, целей. Не мешайте детям думать и творить. И тогда 17 января будет много больше детей – изобретателей, празднующих эту дату.



Зимние виды спорта для детей

Зимний спорт для детей — возможность совмещать приятное с полезным. Это и физическая нагрузка, и веселое времяпровождение, и общение по интересам, и закаливание.

Многие родители опасаются температурных условий, в которых проходят тренировки, однако, холод (при соблюдении всех правил) благотворно влияет на все системы и процессы, происходящие в организме. Кроме того, зимние виды спорта на свежем воздухе позволят оздоровить ребенка после пребывания в городских условиях, хотя большинство из них считаются экстремальными и с высокой степенью травматизма. В топе самых популярных — санный спорт; лыжный спорт; сноубординг.

Говоря о видах спорта в закрытых пространствах, для детей выбирают — хоккей; катание на коньках; фигурное катание.

Преимущества занятий зимними видами спорта

Спорт зимой для детей, как и любые виды спорта в целом, — первая необходимость для формирующегося организма, ведь постоянная активность — залог крепкого здоровья и прекрасной физической формы. Воздействия минусовых температур не нужно недооценивать: они запускают защитные процессы организма, укрепляя иммунитет не хуже витаминов, которые фармацевты так старательно насыпают в яркие баночки. Подобные виды спорта никогда не заставят ребенка скучать: он постоянно в движении и ни на минуту не остается один. Как следствие — всегда хорошее настроение, отсутствие стресса, хороший сон.

Противопоказания для занятий

Прежде чем записать ребенка в заветную секцию фигурного катания или передать под ответственность тренера по сноубордингу, необходимо проконсультироваться с врачом. Зимние виды спорта нельзя назвать безопасными, но если заострять на этом внимание, то даже игра на фортепиано нанесет вред ребенку — можно ведь и пальцы крышкой прищемить! К списку основных противопоказаний относят:

- Проблемы, связанные с опорно-двигательным аппаратом.
- Нарушения в развитии соединительной ткани.
- Заболевания сердечно - сосудистой системы.
- Нарушения дыхательной системы.
- Почечные заболевания.
- Перенесенные травмы (чаще всего — травмы головы).

С какого возраста можно заниматься зимним спортом

Зимний спорт для детей имеет возрастные ограничения, однако, некоторыми его видами можно заниматься с четырех лет. Разность в показателях обуславливается физическим здоровьем ребенка (развитость опорно-двигательного аппарата, устойчивость нервной системы и т.д.) и его готовностью с психологической точки зрения: умение общаться, осознание возможной опасности и ответственности за свои действия. Разумеется, многое зависит от того, с какой целью вы отдаете ребенка в спорт — для души или с тем, чтобы воспитать будущего олимпийского чемпиона. Вы можете снабдить его хоккейной клюшкой и шайбой уже в 4 года, но профессиональную подготовку следует начинать в 9 лет, и то, с учетом таких параметров, как вес, мышечная масса, выносливость и способность работать в команде. По тому же принципу можно поставить ребенка на коньки сразу после того, как он научился ходить, хотя о серьезных занятиях лучше думать лет с 6. А, например, лыжный и санный спорт доступен для детей с 5-6-летнего возраста, сноубордингом же можно заниматься с 7 лет.

Зимние виды спорта стихи для детей

Горные лыжи

Мы горные лыжи с тобою возьмем
И горку покруче сейчас же найдем.
Спуститься с нее- непростая задача.
Ты будь осторожен, нельзя здесь иначе,
А то и в сугробе окажешься вдруг.
Вот снежные брызги взлетают вокруг,
Проходим одни и другие ворота,
Спускаемся змейкой, прыжки, повороты,
Флажки огибаем без остановки.
Не зря мы ходили на тренировки!

Коньки

Быстроходны и легки
Серебристые коньки.
Надеваю их прилежно-
Спорт люблю я конькобежный.
Старт- и время побежало,
Сил мне нужно здесь немало.
Вот какой огромный он,
Наш ледовый стадион.
И дорожка беговая,
Словно зеркало, сверкает.
Я на ней не упаду,
Первым к финишу приду!

Скелетон

Вид спорта зимний- скелетон,
Но не для всех годится он,
А для тех, кто не боится
Вверх ногами прокатиться.
Надо лечь тут на живот,
Оттолкнуться- и вперед.
Сложной трассою ледовой
Мчит спортсмен на санках снова
И слетает метеором
Головою вниз под гору.
Сможет сделать так не каждый-
Только сильный и отважный!

Загадки

Два березовых коня
По снегам несут меня.
Кони эти рыжи,
А зовут их ...
(лыжи)

Там сегодня будет жарко,
Не смотря, что лёд кругом:
Две команды будут «драться», —
Из-за шайбы, все бегом.
(хоккей)

Мчусь как пуля я
вперед,
Лишь поскрипывает
лед,
Да мелькают огоньки.
Кто несет меня? ...
(коньки)

Всё лето стояли,
Зимы ожидали.
Дождались поры —
Помчались с горы.
(санки)

Ежемесячная познавательно – консультационная газета Учредитель и издатель: МКДОУ д/с № 15

Генеральный директор: Домахина Т.В. (заведующий МКДОУ д/с №15)

Главный редактор: Н.А. Гулякина (заместитель заведующего по воспитательной и методической работе)

Ответственный за выпуск: Курбачева Н.В. (воспитатель)

Компьютерный набор: Курбачева Н.В. (воспитатель)

Адрес редакции: 301632 Тульская область, Узловский район, п. Дубовка, ул. Пионерская, д. 26

Телефон: 8(48731)7-19-89