



**Колонка редактора**

**АПРЕЛЬ**

В город к нам пришёл апрель -  
Ярким солнышком смеётся,  
Тёплым ветром в окна бьётся,  
А с сосулек, с крыши льётся  
Чистым дождиком капель.

О. Карелин

Апрель – водолей. Солнце, снег и дождь вперемешку. Непостоянен обманщик – апрель: на дню семь погод. К концу этого месяца солнце красное прогоняет последние остатки снега – поэтому апрель называют снегогоном. Куда не ступишь, куда ни помотришь – везде вода.



**Творчество без границ**

В апреле стало традиционным проведение муниципального смотря – конкурса детско – родительского творчества на противопожарную тему «Помни каждый гражданин: спасения номер 01!». Родители и дети нашей группы приняли активное участие в этом мероприятии. Выражаем огромную благодарность за участие семьям: Козловым, Кривошеевым, Сумцовым.



**Здоровый ребёнок**

**Формирование правильной осанки у дошкольников**

Дошкольное детство — важный период в формировании правильной осанки, так как несмотря на возросшие функциональные возможности организма ребенка, его костная система еще находится в стадии формирования.

Правильная, красивая осанка – один из показателей здоровья. Это, прежде всего нормальное развитие скелета, гармонично развитая мышечная система и умение правильно держаться в покое и движении.

Осанка считается правильной, или нормальной, если голова держится прямо, грудная клетка развернута, плечи находятся на одном уровне, живот подтянут, ноги разогнуты в коленных и тазобедренных суставах.

Это имеет особое значение для детей подготовительной к школе группы. В школе ребенку с первых же дней придется сидеть за партой по 3-4 часа. Если в дошкольном возрасте недостаточно укреплены мышцы туловища, удерживающие позвоночник в правильном положении, то они быстро утомляются, и ребенок будет принимать наиболее удобную для него облегчённую, но неправильную позу. Установлено, что в большинстве случаев недостатки осанки дошкольников – это результат

именно слабости мышц туловища, неумения удерживать туловище в правильном положении, так называемая «небрежная осанка», это опущенные и сдвинутые вперед плечи, крыловидные лопатки, слегка опущенная голова, выпяченный живот, асимметрия плеч.

Хорошая осанка благоприятствует кровообращению и дыханию, создает ощущение бодрости, уверенности в себе. Она формируется под влиянием строения и развития костной, связочно-суставной и нервно-мышечной системы, а также внешней среды.

Следует особо внимательно наблюдать в дошкольном возрасте за развитием грудной клетки. Неправильные положения или неправильные движения тела ребенка могут деформировать грудную клетку, уменьшают ее подвижность, влекут за собой ограничения подвижности легких, а следовательно, и газовый обмен в организме.

Между тем не во всех семьях уделяется этому должное внимание. За положением спины и плечевого пояса детей многие родители обычно следят, а вот положение ног часто ускользает от внимания взрослых. Нередко дети сидят, либо скрестив голени и опираясь наружным краем стопы о пол (это может привести к деформации стопы), либо зацепив ступнями за передние ножки стула и сдвинувшись на край. При таком положении возможен наклон таза влево или вправо, а затем появление отклонения позвоночника от вертикальной линии. Необходимо контролировать и те позы, которые принимают дети во время гимнастики, рисования, настольных игр и игр в песочнице, где дети подолгу просиживают на корточках

Поэтому очень важно воспитывать у детей привычку принимать правильную рабочую позу в различных условиях: сидеть на стуле за столом прямо, непринужденно, опираясь ногами о пол, спиной о спинку стула, предплечьями о крышку стола; правильно ходить и стоять, равномерно распределяя тяжесть туловища на обе ноги или чередуя опорную ногу.

Неправильная осанка может быть также результатом слабости тех мышц, которые удерживают тело в нужном положении. Со слабостью мышц надо бороться в первую очередь общими мерами, укрепляющими организм. Это ежедневная утренняя гимнастика, подвижные игры с правилами (во время прогулки), развлечения (катание на санках, кегли, мячи, скакалки).

**Смешинка**

Приходит мама за ребёнком в сад. Смотрит, дети в песочнице сидят с телефонами, а воспитательница на скамейке спит.

-Что ж Вы спите. У Вас же все дети разбегутся...

-Да куда они денутся, у нас Wi-fi только в пределах песочницы.

Воспитатели: Новикова Е.Н.

Пирожкова Ю. В.

По материалам Internet