



Газета для родителей  
Январь 2022.

### Колонка редактора

Говорят, что в январе  
Много снега во дворе.  
Снег лежит и на  
крылечке,  
Так и на трубе от  
печки.



Ребята в нашей группе уже начинают осваивать технику рисования на песке, а так же очень любят играть в конструктор



### Зачем нужно закаливание?

- для развития невосприимчивости к действию болезнетворных факторов;
- для укрепления нервной системы, мышц и костей;
- для улучшения работы внутренних органов;
- для активизации обмена веществ и улучшения аппетита.

Какой бы способ закаливания вы ни выбрали, существует ряд обязательных общих принципов, без соблюдения которых процесс закаливания может нанести вред здоровью:

- систематичность. Для продуктивного закаливания нужна система.
- постепенность. Увеличивайте время воздействия закаливающего фактора шаг за шагом.
- игровая форма. Учитывайте настроение ребенка и проводите процедуры в форме игры. Отложите процедуру, если ребенок сильно расстроен или подавлен;
- сезонность. Некоторые педиатры рекомендуют начинать активное закаливание в весеннее время в момент наступления теплого сезона. Некоторые не соглашаются с ними и считают межсезонье периодом обострения хронических заболеваний.
- самочувствие. На время болезни закаливающие процедуры стоит прекратить, а после выздоровления — обязательно возобновить;
- продолжительность. Избегайте сильных раздражителей и продолжительного воздействия холодной воды, очень низких температур воздуха и перегревания на солнце;
- контрастность. Не выполняйте процедуры, если ребенок замерз: переохлаждение вредно!
- общность интересов.



### Смешинка

- Папа, смотри какой дяденька лысый!
- Говори тише сынок, а то он услышит.
- Ты думаешь, он не знает?

Редакторы Александрова И.В.  
Смирнова О.В.  
Фотоматериалы группы