Ежемесячная газета логопедической группы «Звёздочка»

**«ЗВЁЗДОЧКА»**

Выпуск № 6 (2013год)

Месяц – сентябрь Тираж: 12 газет

***Этот номер мы хотим посвятить теме:*** ***« Быть здоровыми хотим! Народная медицина против гриппа».***

Вот и промчалось долгожданное лето, и настало первое сентября. Ребята вернулись в детский сад к своим воспитателям и друзьям. На замену нашим выпускникам пришли новые дети.

Вот так мы их встречали!



В осенне-зимний период повышается заболеваемость детей гриппом. Грипп – острое респираторное заболевание, которое ежегодно поражает сотни тысяч детей и взрослых во всём мире. Грипп очень заразен. Он передаётся воздушно – капельным путем от больного- здоровому, главным образом, в первые два – три дня болезни. Если у вас в семье кто- то заболевает, очень велика опасность, что заболеют и другие члены семьи, особенно дети. Дело в том, что у ребёнка, мало сталкивающегося с вирусами, нет защитных антител.

**Симптомы гриппа у детей**

• Сильный озноб

• Резкое повышение температуры

• Головная боль

• Боль в горле

• Лающий кашель

• Тошнота и рвота

**Народная медицина рекомендует:**

-Положите у изголовья своего больного ребёнка зубчики чеснока.

-Во время эпидемии гриппа давать ребёнку съедать по 2-3 зубчика чеснока в день.

-Для длительной профилактики гриппа хорошо использовать настой лимона с чесноком. Чтобы его приготовить, вам понадобятся два лимона и две головки чеснока; Необходимо всё измельчить и залить литром остуженной кипячёной водой; настой процедить и давать ребёнку ежедневно по одной чайной ложке натощак.

-Настой шиповника не только полезен, но и вкусен для вашего малыша. Для его приготовления две столовые ложки засыпают в термос и заливаю двумя стаканами кипятка.

-Очень полезен витаминный чай из плодов малины.

-Засыпайте в носочки ребёнка порошок горчицы и пусть он носит их несколько дней.

***"Чтоб здоровым быть и смелым, укрепляем своё тело! "***

***ЗАКАЛИВАНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА (ИЗ ЖИЗНИ ГРУППЫ)***

**1. Приём детей на свежем воздухе.**

2. **Утренняя гимнастика**



Утром делаем зарядку,

Встали детки по порядку.

Мы шагаем и играем,

Выше руки поднимаем,

Голову не опускаем,

Мы здоровье укрепляем!

**3**.**Дыхательная гимнастика**

****

Воздух в щёчки набираем –

Через ротик выдуваем.

Пусть летит он к облакам,

Помогу ему я сам!

**4**. **Фитонциды**

 

Лук, чеснок мы нарезаем,

Фитонциды мы вдыхаем.

Лук, чеснок едим в обед,

Для здоровья лучше нет!

**5. Прогулки, подвижные игры на свежем воздухе.**

**6. Физкультурные занятия.**

А ещё в конце лета с помощью родителей мы провели неделю здоровья, которая завершилась таким аппетитным витаминным угощением. Спасибо всем, кто принёс фрукты! 

**Уважаемые, родители!**

**Давайте укреплять здоровье наших детей вместе!**

**Нам очень нужна Ваша помощь!**

• Приводите детей в детский сад чистыми и аккуратными.

• Одежда должна соответствовать времени года, погоде, возрасту

• Приучайте детей к лёгкой одежде.

• По возращению из детского сада переодевайте ребёнка полностью, умывайте лицо, мойте руки до локтей.

• С наступлением холодов, с октября и по апрель, начинайте давать витамины.

• Поите детей компотами и отварами из шиповника, клюквы, смородины.

• Употребляйте вместе с детьми фитонциды (лук, чеснок, лимон, яблоки).

• Выходите вместе с детьми на прогулку круглый год.

• Соблюдайте температурный режим в вашем доме.

**ПОМНИТЕ! ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ В НАШИХ С ВАМИ РУКАХ!**

***«Радужные новости»* В сентябре стал старше на один год: Альберт – 6 лет. От души поздравляем!**

******

***Объявление:*** *уважаемые родители, объявляется конкурс на лучшую композицию из природного материала, овощей и фруктов! Начало выставки 14 октября, подведение итогов-18 октября! Творческих вам успехов! Ждём ваших с детьми поделок! Победителей ждут призы!*

***Давайте улыбнёмся:*** *(Вредные советы для родителей)*

*Если дочь всего боится,  
Значит надо шоколадом  
Каждый день кормить ребенка  
Столько раз, сколько попросит.*

*Шоколад – хороший способ  
Воспитать ребенка смелым:  
Ведь ему придется часто  
Посещать врача зубного.*

***Учредители: дети и воспитатели***

***группы «Звёздочка»***