



ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Читайте в номере:

1. **Советы специалистов**
Иммунитет и способы его
укрепления1
2. **Знаменательные даты**
Международный День родного
языка.....3
3. **Дзурам иронау**
Уалдзæг6

Редакционная коллегия

Медсестра Цоколаева З.К.

Воспитатели ДОУ

воспитатель осет.языка Галаова И.М.

Экспертный совет

Заведующая МБДОУ №83 Туганова Л.Э.

Старший воспитатель Гатеева М.В.

ИММУНИТЕТ И СПОСОБЫ ЕГО УКРЕПЛЕНИЯ

Иммунитет – это сопротивляемость организма к различным инфекциям и вредоносным микробам, которые ежесекундно атакуют человека, стремясь нанести непоправимый вред здоровью.

Как укрепить детский иммунитет?

Сезон холодов и дождей приносит родителям много беспокойств. Ребенок может простыть, подхватить простуду от других детей, промочить ноги и слечь с температурой.

Окружающая среда тоже сильно влияет на иммунитет ребенка. Если малыш растет в условиях загрязненного воздуха (центр города, вблизи автошоссе), защитные механизмы слабеют, что облегчает попадание вирусов и бактерий в организм.

Укрепить хрупкий иммунитет ребенка каждый родитель может самостоятельно. Здесь необходим комплексный подход.

1. Порядок в доме. Чтобы ребенок перестал часто болеть, в детской комнате должно быть, как можно меньше «пылесборников» и распространителей аллергенов (ковры, мягкие игрушки, мягкая мебель, животные). Если в квартире есть животное, как можно реже позволяйте питомцу проводить время в комнате ребенка. Влажную уборку лучше проводить с моющими гипоаллергенными средствами, либо с обычной водой без средств.
2. Проветривание. Уровень углекислого газа, который имеет свойство накапливаться в помещении и «угнетать» организм, должен быть в норме. Особенно проветривание будет полезно перед сном, тогда ребенку будет комфортнее засыпать.
3. Гигиена. Руки и игрушки всегда должны быть чистыми. После прогулки для поддержки иммунитета в качестве профилактики можно промыть полость носа специальным детским солевым раствором, чтобы дезинфицировать и снизить вероятность попадания микробов на слизистую.



4. Закаливание. Приучать ребенка с малых лет к закаливанию нужно не обливанием из ведра ледяной водой, а контрастным душем. Пусть растущий организм привыкает к пониженным температурам, и тогда ребенку будет проще переносить резкую смену погоды и отдых на море.
5. Питание. Для крепкого иммунитета нужны минералы, витамины и клетчатка. Все это содержится в продуктах питания, овощах и фруктах. В теплые месяцы овощи, фрукты и ягоды можно давать ребенку в сыром виде, а зимой принимать аптечные витаминные комплексы, который пропишет педиатр.
6. Одежда. Родители часто кутают детей не по погоде, переживают, если ребенок ходит по дому без носок или снял варежки на улице. «Морозоустойчивость» нужно воспитывать в детях с ранних лет. Не стоит надевать на ребенка три кофты под теплую куртку, ведь детям свойственно много двигаться. Одетый как капуста малыш может перегреться, а одежда — намокнуть. В таком случае ребенка может продуть.

7. Режим дня. Дети должны прекрасно понимать, что ночью надо спать, а днем бодрствовать. Ночной сон ребенка должен длиться не меньше 8 часов. Поэтому спать нужно ложиться вовремя, желательно не позднее 10 часов вечера.
8. Солнечные ванны. Как можно больше гуляйте с ребенком. С самого рождения возьмите за правило находиться с малышом на воздухе не менее 4 часов в день. Исключением может стать только мороз (ниже 15 градусов) и сильный ветер: в эти дни можете сократить пребывание на улице до 30–40 минут, но дважды в день.

Международный день родного языка: история и традиции праздника



«Бессмертие народа — в его языке», — сказал писатель Чингиз Айтматов. Язык этноса помогает сохранять его историю и культуру, традиции и бытовой уклад. И сегодня ученые, педагоги и международные общественные организации ставят задачу — сберечь языковое богатство мира.

За этим праздником закрепили фиксированную дату — ежегодно его отмечают **21 февраля**. Выбор даты не случаен. В этот день в 1952 году в Пакистане прошла мирная демонстрация в защиту бенгальского языка. Тогда все закончилось печально: полиция применила силу, студентов-активистов разогнали, немало человек погибло. Но спустя 4 года после этих и других, последовавших за ними, событий бенгальский язык получил статус государственного.

Международный день родного языка установлен в 1999 году на 30-й сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО. В мировой календарь праздник включен в 2000 году. ООН одобрила учреждение новой даты и призвала государства способствовать сбережению языков народов Земли.

**Традиционно в детском саду прошли ряд мероприятий,
посвященных Дню родного языка**

День осетинских игр

дети подготовительных групп вспомнили уже знакомые осетинские подвижные игры: «Барсы в пещерах», «Перетягивание каната», «Вытолкни плечом», «Гаккарис», «Перетягивание палки», «Всадники».



Творческая мастерская

дети старших групп украшали элементами осетинского орнамента посуду и женское платье. Изготовили тематический альбом "Моя Осетия".



Игровая деятельность

малыши, в ходе ролевой игры «Семья», взяли на себя роль мамы, исполняющей колыбельную своему ребеночку, а также слепили для своих кукол вкусную пахлаву.



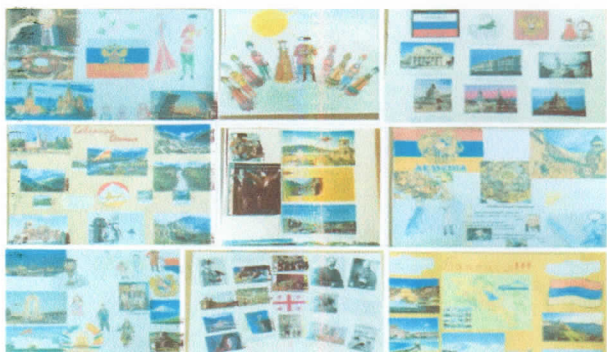
ФЛЕШМОБ

Участники флешмоба, дети и родители (законные представители) прочитали стихотворение "Мой Владикавказ", "Язык наш прекрасный" на своем родном языке



Стенгазеты

Полученные знания о народах России, Осетии, Армении, Дагестана, Грузии дети закрепили в стенгазетах.



Творческая мастерская «Национальный костюм»

Сложившийся на протяжении веков традиционный комплекс одежды, обуви, использовавшийся в повседневном и праздничном обиходе являющийся неотъемлемой частью культуры представителей разных народов.



Быт и культура осетин

дети средней группы расширили свои знания об осетинской утвари, быте, национальном костюме. Полученные знания закрепили посредством просмотра анимационных мультфильмов серии "Frankanimation"



Осетинская сказка

дети подготовительной группы 2 показали осетинскую сказку Клары Джимиевой "Медведь и охотник" с использованием нетрадиционного вида театра - театр на лопатках.



Тематические беседы

Во всех возрастных группах прошли тематические беседы, в ходе которых дети познакомились с удивительными местами и знаменитыми людьми Армении, Грузии, России, Осетии, Дагестана и поделились своими знаниями.



Мастер-класс «Национальное блюдо»

Воспитанники вместе с мамами приняли участие в кулинарном мастер-классе. Приготовленные блюда ребята продегустировали вместе с одноклассниками.



ИРОНАУ ДЗУРУТ

ВЕСНА-УАЛЗÆГ

ПРИРОДА – ÆРДЗ

ПОДСНЕЖНИК – МАЛУСÆГ

ЛАСТОЧКА – ЗÆРВАТЫКК

СОЛНЦЕ – ХУР

ТРАВА – КÆРДÆГ

ДЕРЕВО – БÆЛАС

БАБОЧКА – ГÆЛÆБУ

ЦВЕТОК - ДИДИНÆГ

