



# ШЕЛОСАДЫ 2

*Информационный журнал для детей*

*и их родителей*

*"Вместе живем, растем и открываем мир"*



*педагоги МБДОУ № 63*

*Уважаемые родители!*  
*Мы рады представить вашему*  
*вниманию наш второй выпуск журнала*  
*"НЕПОСЕДЫ".*

*В выпуске:*

<b>Рублики</b>	
«Музыкальная шкатулка»	<i>Музыкальный руководитель: Кривина Людмила Борисовна</i>
«Здоровым быть модно»	<i>инструктор по физическому воспитанию: Егорова Анастасия Александровна.</i>
«Шпаргалки для родителей»	<i>Педагог-психолог: Суворова Марина Сергеевна, Поставкина Екатерина Юрьевна</i>
«Говоруша»	<i>Логопед: Выходцева Таисия Николаевна</i>
«Час до школы»	<i>Воспитатели: Ситникова Наталья Викторовна, Ульянова Марина Георгиевна</i>
«Экологические ступеньки»	<i>Воспитатель: Байдалова Надежда Викторовна</i>
«Мой родной Красноярск»	<i>Воспитатели: Завьялова Наталья Николаевна, Крюк Татьяна Даниловна</i>
«Мастерская чудес»	<i>Воспитатели: Евтешина Наталья Дмитриевна, Якущенко Екатерина Юрьевна</i>
«Островок безопасности»	<i>Воспитатель: Олимова Умеда Бозорбоевна</i>
«Говорят дети»	<i>Ерлыкава Любовь Васильевна., Кулясова Нина В. Альбрант Ольга Владимировна</i>
«Игралочка»	<i>Воспитатели: Назарова Анастасия Викторовна, Еремина Светлана Николаевна</i>
«Обзор событий»	<i>Воспитатели: Сергеевко Анастасия Викторовна, Попкова Людмила Константиновна</i>



*Логопед: Выходцева Таисия Николаевна*

Развитие речи ребенка - один из самых волнующих вопросов для родителей. Чтобы убедиться, что речь малыша развивается правильно, необходимо знать нормы речевого развития.

Уже с **первых месяцев жизни** у ребенка возникает коммуникативная потребность. Так называемый «комплекс оживления» - это проявление интереса к взрослому, эмоциональное отношение к нему, формирование избирательного внимания к речи окружающих. В норме у ребенка в **2-3 мес.** появляется **гуление**. Оно приходит на смену крику. Это этап активной подготовки речевого аппарата к произношению звуков. Одновременно осуществляется процесс развития понимания речи, малыш учится управлять интонацией. **В 7-9 мес.** появляется **лепет**. Ребенок произносит серии одинаковых слогов: "дя-дя-дя", "ба-ба-ба", "ма-ма-ма".

**К концу первого года жизни** в эмоционально значимой ситуации малыш выражает свои желания, намерения речевыми средствами. Появляется несколько осознанно употребляемых ребенком слов. Это двусложные слова, состоящие из одинаковых слогов: "мама", "баба", "дядя", «бах», «ав-ав», «би-би», «на», «дай», «там», и т.д.

Уже на первом году жизни внимательное наблюдение за развитием ребенка помогает определить, существуют ли **основания для беспокойства**:

- ребенок не реагирует на звуки, для него характерно однообразное гуление
- отсутствует «комплекс оживления»
- невыполняет простых словесных команд
- отсутствуют подражательные игровые действия
- не реагирует на свое имя
- отмечается отсутствие лепетных слов.

**После года** развитие речи идет стремительно. Ребенок все больше и больше произносит осмысленных звукосочетаний, слов. Ребенок в процессе общения просит, указывает, требует и сообщает. Язык мимики и жестов начинает постепенно угасать.

**К полутора годам** дети могут показать некоторые части тела, выполняют простые инструкции, понимают содержание несложных рассказов по сюжетным картинкам. Между полутора и **двумя** годами появляются предложения, состоящие из двух и трех слов.

У большинства детей к **двум годам** или несколькими месяцами позже происходит настоящий «взрыв» развития речи. Быстро увеличивается его словарный запас (к 2 годам активный словарь составляет 300-400 слов), слова приобретают обобщающее значение, появляются глаголы и другие части речи, которые употребляются в различных грамматических формах, предложение состоит из нескольких слов. К концу второго года жизни речь становится основным средством общения.

**На третьем году жизни** дети рассматривают в книжках картинки, слушают небольшие (5-10 минут) сказки, понимают значение слов «большой», «маленький». У них увеличивается не только запас общеупотребительных слов, но и появляется стремление к словотворчеству: изобретаются новые слова.

**К трем годам** возникает потребность в самостоятельности, стремление действовать независимо от взрослых, развивается самооценка. Это находит отражение в речевом поведении, в выборе лексических и эмоционально-выразительных средств. Ребенок начинает говорить *о себе в первом лице*. К этому времени активный словарь ребенка включает до 1500 слов. Вместо простой двухсложной фразы он начищает использовать развернутые предложения. К трем годам ребенок использует все части речи и строит полные грамматически оформленные предложения.

#### **Основания для беспокойства:**

- Стойкое и длительное по времени отсутствие речевого подражания новым для ребенка словам. (Такая остановка может быть и при нормальном развитии речи, но не более полугода после появления первых трех-пяти слов.)

- При появлении речевого подражания ребенок, как правило, воспроизводит часть вместо целого слова или искажает его, использует аморфные слова. Например: дека — девочка, пику — купи, пэха — хлеб, алёт — самолёт, писин — апельсин.

- Ребенок не строит из накопленных слов предложений. Не появляются глаголы.

- Ребенок строит предложения, но их грамматическое оформление грубо искажено, например: Аня хочет нет (Я не хочу).

- Не говорит о себе в первом лице, не пользуется местоимением "Я".

- Во время речи кончик языка высовывается между зубами. Звуки произносятся с «хлюпаньем», имеют носовой оттенок.

**4 года.** В речи четырехлетнего малыша уже встречаются сложносочиненные и сложноподчиненные предложения, употребляются предлоги по, до, вместо, после, союзы что, куда, сколько. Словарный запас 1500-2000 слов, в том числе слова, обозначающие временные и пространственные понятия. Ребенок *правильно произносит свистящие и шипящие звук. Исчезает смягченное произношение согласных.*

**5 лет.** К пяти годам запас слов у ребенка увеличивается до 2500-3000. Он активно употребляет обобщающие слова ("одежда", "овощи", "животные" и т.п.), называет широкий круг предметов и явлений окружающей действительности. В словах уже не встречаются пропуски, перестановки звуков и слогов; исключение составляют только некоторые трудные незнакомые слова (экскаватор). В предложении используются все части речи. Ребенок *овладевает всеми звуками родного языка и правильно употребляет их в речи.*

В период **от 5 до 7 лет** словарь ребенка увеличивается до 3500 слов, в нем активно накапливаются образные слова и выражения, устойчивые словосочетания (ни свет ни заря, на скорую руку и др.) Усваиваются грамматические правила изменения слов и соединения их в предложении. В этот период ребенок активно наблюдает за явлениями языка: пытается объяснить слова на основе их значения, размышляет по поводу рода существительных. Таким образом, развивается языковое и речевое внимание, память, логическое мышление и другие психологические предпосылки, необходимые для дальнейшего развития ребенка, его успешного обучения в школе.

### **ПРОЯВЛЕНИЯ РЕЧЕВЫХ НАРУШЕНИЙ в дошкольном возрасте:**

- Нарушения звукопроизношения: неправильное артикулирование звуков, пропуски, замена звуков
- Нарушение слоговой структуры слова – пропуски, перестановки слогов в слове
- Лексические недостатки: бедный словарный запас, непонимание значения и смысла слов
- Неправильное грамматическое оформление высказывания.
- Затруднения в пересказывании, построении самостоятельного связного высказывания
- Темпо-ритмические недостатки: ускоренный или замедленный темп речи, запинки, спотыкание, необоснованные остановки в речи, скандирование (послоговое произнесение) слов





*Музыкальный руководитель: Крапивина Людмила Борисовна*

## Музыка и здоровье

**Музыка** – самое яркое, а потому и самое эффективное средство воздействия на детей. Музыкальная деятельность в детском саду – источник особой радости для малышей. Их жизнь без музыки невозможна, как невозможна она без игры и сказки. Без музыки недостижимо и полноценное умственное развитие: доказано, что чем больше развита сфера чувств, тем ребёнок вырастает больше одарённым.

Восприятие различных звуков, ритмов, мелодий оказывает психологическое и физиологическое воздействие на человеческий организм. Именно поэтому будет не лишним послушать вместе с крохой правильно подобранную музыку – это окажет благоприятное влияние на его развитие.

Физиологическое воздействие музыки на человеческий организм основано на том, что нервная система и мускулатура обладают способностью усвоения ритма. Музыка, выступая в качестве ритмического раздражителя, стимулирует физиологические процессы, происходящие ритмично как в двигательной, так и в вегетативной сфере. Поступая через слуховой анализатор в кору головного мозга, она распространяется на подкорковые центры, спинной мозг и дальше – на вегетативную нервную систему и внутренние органы. Различными исследованиями было установлено воздействие музыкальных раздражителей на пульс, дыхание в зависимости от высоты, силы, звука и тембра. Частота дыхательных движений и сердцебиений изменяется в зависимости от темпа, тональности музыкального произведения. Так, например, сердечно - сосудистая система заметно реагирует на музыку, доставляющую удовольствие и создающую приятное настроение. В этом случае замедляется пульс, усиливаются сокращения сердца, снижается артериальное давление, расширяются кровеносные сосуды. При раздражающем характере музыки сердцебиение учащается и становится слабее. Музыка также влияет на нейроэндокринную систему, в частности на гормональный уровень в крови. Под ее воздействием может изменяться тонус мышц, моторная активность. Посредством воздействия вибрации звуков создаются энергетические поля, которые заставляют резонировать каждую клетку организма. Таким образом своеобразная «музыкальная энергия» нормализует ритм нашего дыхания, пульс, давление, температуру, снимает мышечное напряжение.

### Музыкальная терапия

В современной психологии существует отдельное направление – **музыкотерапия**. Она представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства коррекции нарушений в эмоциональной сфере, поведении, при проблемах в общении, страхах, а также при различных психологических заболеваниях. Музыкалотерапия строится на подборе необходимых мелодий и звуков, с помощью которых можно оказывать положительное воздействие на человеческий организм. Это способствует общему оздоровлению, улучшению самочувствия, поднятию настроения, повышению работоспособности. Такой метод дает возможность применения музыки в качестве средства, обеспечивающего гармонизацию состояния ребенка: снятие напряжения, утомления, повышение эмоционального тонуса, коррекцию отклонений в личностном развитии ребенка и его психоэмоциональном состоянии.

Итак, как видите, влияние музыки на организм очень широко. Она может стимулировать интеллектуальную деятельность, поддерживать вдохновение, развивать эстетические качества ребенка. Гармоничная музыка способна сосредотачивать внимание дошкольников и помогает быстрее запомнить новый материал. Если женщина кормит малыша грудью, слушая любимые пьесы, то при первых же звуках знакомых мелодий у нее прибывает молоко. А чтобы чадо быстро заснуло и видело хорошие сны, можно негромко включить музыку с медленным темпом и четким ритмом.

### **Как слушать?**

- Продолжительность – 15-30 минут.
- Лучше всего прослушивать нужные произведения утром после пробуждения или вечером перед сном.

Во время прослушивания старайтесь не сосредотачиваться на чем-то серьезном, можно выполнять обычные бытовые дела (уборка игрушек, сбор учебников, подготовка постели). А еще лучше занимайтесь чем-нибудь приятным, например просмотром фотографий, поливкой цветов. Конечно, не обязательно слушать только классику, можно выбирать и другие стили. Но, как показывает опыт психологов, работающих с музыкотерапией, «именно классическая музыка влияет «базово», глубоко и надолго, существенно ускоряя процесс лечения», а значит, гораздо лучше

- помогает добиться необходимого эффекта и при обычном «домашнем» применении.

### **Как охранять детский голос, детские голосовые связки?**

Нельзя петь на улице в сырую и холодную погоду. В детском саду мы учим говорить детей спокойным тоном, без крика – что тоже важно для предохранения голосовых связок от перенапряжения. Кроме того, это требование культурного поведения. Поэтому дома надо требовать от детей того же. Не следует поощрять пение детьми взрослых песен, особенно эстрадных, так как они не подходят для детского голоса и обычно не могут быть правильно поняты детьми.

Многие дети поют не достаточно чисто, иногда «гудят» на одном звуке. Это не всегда зависит от недостаточно развитого музыкального слуха. Иногда это является следствием недостаточно развитого голосового аппарата.

Для развития слуха и голоса ребенка ему полезно больше читать стихи вслух, при этом стараться говорить звонко, ясным голосом, а не низким, глухим. Хорошо, если дома ребенок поет на народные мелодии очень простые потешки– попевки, состоящие из 2-3-х звуков.

Также необходима охрана детского слуха. Обязательно надо следить, чтобы в жизни ребенка было достаточно тишины. Не следует включать радио надолго или слишком громко – это отрицательно влияет на нервную систему, притупляет слух. Использовать радио и телевидение нужно очень разумно, не перегружая ребенка. Пусть лучше ребенок послушает или посмотрит меньше передач, но зато поймет и запомнит их.





*Педагог-психолог: Суворова Марина Сергеевна,  
Учитель-дефектолог: Постоаялкина Екатерина Юрьевна*

## **Телесно-ориентированный подход в работе с детьми**

«Если бы я потерял свое тело, я потерял бы самого себя. Обретая тело, я обретаю себя. Я двигаюсь - значит, живу и привожу в движение мир. Меня нет без тела, и я существую как тело. Лишь в движении я постигаю себя в качестве тела. Мое тело есть совпадение бытия и познания, субъекта и объекта. Оно - начало и конец моего существования».

Иван Ильин, русск. Философ

Мало кто задумывается, что для новорожденного ребёнка – его тело – это весь его мир, и телесные ощущения – единственный канал общения с окружающим миром. Ориентируясь на телесные ощущения, ребенок познает себя и то, что его окружает. Вот почему огромное значение играет именно телесный контакт матери и ребенка, для формирования у него чувства безопасности, защищенности. Лучше один раз обнять так, чтобы ребенок почувствовал: он вам нужен, он любим, чем 8 раз, но формально. И речь идет не только о новорожденных детках.

Одной из важнейших задач современного общества является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения.

В последнее время, заметно увеличилось количество детей, испытывающих трудности в усвоении общеобразовательных программ. Педагоги и родители обеспокоены не только возрастающими трудностями в обучении, но и увеличением количества детей с хроническими соматическими заболеваниями и различными психосоматическими проявлениями.

Все более актуальной становится разработка программ комплексного психолого-педагогического сопровождения детей дошкольных учреждений. Для этого используются современные методы коррекции отклонений в психическом развитии детей. Их можно разделить на два основных направления:

- собственно когнитивные методы, чаще всего направленные на преодоление трудностей усвоения знаний и формирование ВПФ. Например, целенаправленная работа в сфере слухоречевой памяти, формирование счетных операций и т.д.
- второе направление — методы двигательной (психомоторной) коррекции, или телесно-ориентированные методы, которые зарекомендовали себя при работе со взрослой популяцией.

Если о когнитивных методах широко известно, они лежат в основе большинства дидактических, развивающих пособий, то второму направлению уделяется гораздо меньше внимания. А ведь весь детский опыт, приобретаемый в процессе социализации, связан с развитием и совершенствованием произвольных движений. Развивая двигательную сферу ребенка, мы идем по естественному пути, опосредованно влияя на развитие психических свойств и процессов.

Взаимосвязь тела и психики уже давно считается известным и неоспоримым. Общеизвестно, что потребности, ощущения, желания и чувства кодируются в определенных телесных состояниях.

Способность ребенка контролировать телесные проявления является важным моментом его социализации и тесно связана с формированием основных черт его психики. У ребенка возникает ощущение возможности использовать свое тело как инструмент взаимодействия с окружающим миром.

Он учится доверять своему телу, собственным впечатлениям, различать эмоции, усваивает приемы самоконтроля.

У человека есть врожденная потребность в гармонии, балансе, поэтому его нервная система всегда зависит от состояния тела в целом. Если тело находится в напряжении, нервная система работает с перегрузками. И чем больше у человека расстройств, тем меньше он хочет чувствовать свое тело, тем больше он с ним расходится. Так как человек может ощущать жизнь только через физическое существование, то отчуждение от своего тела ведет к межличностной отчужденности.

Еще более актуальны занятия телесно-ориентированной терапии, когда речь заходит об особом ребенке. Известно, что мышечная чувствительность и интеллект тесно связаны. Слабая чувствительность тела тормозит развитие мозга, психики. Такие дети нередко инстинктивно пытаются стимулировать себя, причиняют себе боль шипками, предпочитают более высокую температуру воды при принятии ванны и т.д.

Грамотная помощь специалиста поможет пробудить мышечную чувствительность, чтобы целостное развитие ребенка шло гармонично.

Продолжение в следующем выпуске...







*Воспитатели: Ситникова Наталья Викторовна,  
Ульянова Марина Георгиевна*

## КРИЗИС 7 ЛЕТ

Когда мы говорим о готовности ребенка к школьному обучению, то наравне с физиологической готовностью и психологической готовностью ребенка к обучению в школе рассматривают социальную или личностную готовность к обучению в школе.

Под ней подразумевают готовность ребенка к новым формам обучения, к новому отношению к окружающему миру и самому себе, обусловленную ситуацией школьного обучения.

Чтобы понять механизмы формирования социальной готовности необходимо рассмотреть кризис семи лет.

Кризисы (и кризис семи лет) занимают относительно короткое время: несколько месяцев, год, а редко два года. В это время происходят резкие, фундаментальные изменения в психике ребенка. Развитие в кризисные периоды носят бурный, стремительный, “революционный” характер. При этом в очень короткий срок ребенок меняется весь. Кризис возникает на стыке двух возрастов и является завершением предыдущего этапа (в данном случае дошкольного) и начала следующего (школьного).

Старший дошкольный возраст это переходная ступень в развитии, когда ребенок уже не дошкольник, но еще и не школьник. Давно замечено, что при переходе от дошкольного к школьному возрасту ребенок резко меняется и становится более трудным в воспитательном отношении. Эти изменения носят более глубокий и сложный характер, чем в кризисе трех лет.

Негативная симптоматика кризиса, свойственная всем переходным периодам, в полной мере проявляется и в этом возрасте (негативизм, упрямство, строптивость и др.). Наряду с этим проявляются специфические для данного возраста особенности: нарочитость, нелепость, искусственность поведения, паясничанье, вертлявость, клоунада. Ребенок ходит вертлявой походкой, говорит писклявым голосом, корчит рожицы, строит из себя шута. Поведение ребенка в период кризиса семи лет имеет нарочитый шутовской характер, вызывающий не улыбку, а осуждение.

Такие особенности поведения семилеток свидетельствуют об “утрате детской непосредственности”. Старшие дошкольники перестают быть наивными и непосредственными, как

раньше, становятся менее понятными для окружающих. Причиной таких изменений является дифференциация (разделение) в сознании ребенка его внутренней и внешней жизни.

Утрата непосредственности и наивности в поведении дошкольника означает включение в его поступки некоторого интеллектуального момента, который как бы выливается между переживанием и действием ребенка. Его поведение становится осознанным и может быть описано схемой: “захотел – осознал – сделал”.

Осознание включается во все сферы жизни семилетнего ребенка: он начинает осознавать отношение к себе окружающих и свое отношение к ним и к самому себе, свой индивидуальный опыт, результаты собственной деятельности. Возможности осознания у ребенка семилетнего возраста еще очень ограничены. Это только начало формирования способности к анализу своих переживаний и отношений, в этом старший дошкольник отличается от взрослого человека. Наличие элементарного осознания своей внешней и внутренней жизни отличает детей 7 года от младших детей, а кризис семи лет от кризиса трех лет. Одним из достижений семилетнего кризиса является осознание своего социального “Я”, формирование внутренней социальной позиции. Ребенок впервые осознает расхождение между тем, какое положение он занимает среди других людей, и тем, каковы его реальные возможности и желания. Появляется ясно выраженное стремление к тому, чтобы занять новое более “взрослое” положение в жизни и выполнять новую, важную не только для него самого, но и для других деятельность. Ребенок “выпадает” из привычной жизни, теряет интерес к дошкольным видам деятельности. Появляется стремление детей к социальному положению школьника и к учению, как к новой социально значимой деятельности (в школе – большие, а в детском саду только маленькие), а также в желании выполнять те или иные поручения взрослых, взять на себя какие-то обязанности стать помощником в семье.

Сейчас говорят о смещении границ кризиса семи лет к шестилетнему возрасту. У некоторых детей появляется негативная симптоматика к пяти с половиной годам, поэтому сейчас говорят о кризисе 6-7 лет.

Причины:

Изменение требований к детям со стороны взрослых (требований как к будущему школьнику).

Ускорение темпа психического развития.

Раннее созревание основных физиологических систем организма ребенка.





*Инструктор по физическому воспитанию  
Егорова Анастасия Александровна.  
«Закаляюсь сама – призываю других»*

Приветствую вас снова, родители! В прошлом выпуске журнала я рассказала немного о нашей полезной жизни детского сада. Вы узнали наш режим, как мы гуляем и на каком месте физкультура стоит в жизни каждого нашего воспитанника.

В этом номере, как и обещала, расскажу все о закаливании. Как не зимой? Когда как не в это время закаливание особенно эффективно? Но вы не спешите сейчас бежать с ведром на улицу. Для начала разберем все по порядку: для кого?, для чего?, как?.

Согласитесь, что когда вокруг все начинают говорить о здоровом образе жизни, то закаливание это одно из первых, что приходит на ум. Специалисты рекомендуют начинать закаливание с первых дней и проводить регулярно. Ведь у наших маленьких деток терморегуляция еще работает не в полную меру, чтобы легко справляться с переохлаждением или перегревом.

Закаливание детей позволяет им быстрее адаптироваться в детском саду и потом намного реже болеть.

### **Важные принципы!**

Важно знать, что без регулярности проведения закаливания – неэффективно. Только систематически! Не зависимо от погоды.

Закаливание следует начинать только в здоровом состоянии. Нужно понимать, что даже для здорового взрослого человека - организм получает стресс. Ребенок особенно. А состояние больного ребенка на фоне стресса может только ухудшиться.

Ну и конечно, любое закаливание дошколят надо проводить только при их хорошем настроении, ведь от этого зависит то, как они отнесутся к закаливанию, и прямым образом повлиять на его регулярность.

### **Методы закаливания детей.**

Специальные методы – это непосредственно закалывающие мероприятия, они зависят от сезона времени года на улице и конкретных возможностей детского сада.

**Закаливание воздухом** – самый простой и доступный способ. Дети дошкольного возраста начинают закаливание с воздушных ванн. Например: во время переодевания, во время дневного сна с открытой форточкой сначала только дневной, а потом еще и ночной (летом).

**Закаливание солнечными лучиками** – довольно таки опасный фактор закаливания. Ведь при избыточном пребывании на солнце могут возникнуть нежелательные реакции – от слабости и недомогания до солнечного удара. Поэтому начинать такое закаливание нужно начинать в тени деревьев, затем переходить на солнце. А первое пребывание под солнечными лучами не должно достигать 4 минут. Головной убор – обязательные условия закаливания солнцем.

**Закаливание водой** – самый мощный метод закаливания. Для детей дошкольного возраста в режим дня обязательно вводят мытье рук – утром, перед и после еды, после туалета и прогулки. Спустя время можно расширить режим закаливания водой – попеременно мыть руки до локтей, шею и лицо теплой и холодной водой. Общее закаливание водой у детей рекомендуют начинать с обтирания тела влажной махровой рукавичкой. Сначала обтирают только руки, ноги и шею, постепенно увеличивая площадь обтирания, температуру воды и длительность процедуры. Только после такой подготовки можно переходить к обливаниям. Начинают обливания водой с температурой 39 градусов, через 3-4 дня ее снижают на 1-2 градуса. Летом можно обливаться на улице, в прохладное время года – в помещении.

Если вы сейчас читаете и думаете «Эх, надо было мне с детства обливаться – тогда бы не болел/а» у меня для вас есть отличная новость! Закаляться никогда не поздно!

Хочу поделиться своим опытом. Я прошла все методы закаливания. Процедура долгая, но стоящая. Чем? Я уже 9 лет не знаю что такое кашель, насморк, температура. Начала я с закаливания воздухом, потом так же солнечными лучами. Я тоже загорала в тени деревьев, потом загорала одна ручка, затем ножка... Но уже последние два года я закаляюсь водой в -37 градусов мороза на улице! А в этом году на свой первый раз решился мой сын Евгений (9 лет) выйдя на улицу в -19 с ведром холодной воды. Все живы, здоровы, бодры, веселы, полны сил, заряда, хорошего настроения.

Это говорит о том, что закаляться, заниматься своим здоровьем, вести здоровый образ жизни можно в любом возрасте.

Я желаю вам быть всегда здоровыми, бодрыми настоящими сибиряками!  
Продолжайте следить за нашим журналом. Впереди много интересных статей от меня и моих коллег.  
С уважением, Егорова А.А.



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**





*Воспитатель: Байдалова Надежда Викторовна*

Существование целого ряда экологических проблем в нашей стране и других странах мира диктует необходимость проведения интенсивной просветительской работы по формированию у населения экологического сознания и культуры природопользования. Начинать ее следует уже в детском саду — первом звене системы непрерывного образования.

Экологическое образование и воспитание дошкольников становится в настоящее время одним из приоритетных направлений. Чем раньше начинается формирование основ экологической культуры, тем выше в дальнейшем ее уровень. Научить видеть и понимать красоту родной природы, бережно относиться ко всему живому, передать определенные знания в области экологии — главные задачи экологической работы в ДОУ.

Дошкольное детство — один из важнейших этапов формирования личности, ее ценностной ориентации в окружающем мире. В этот период закладывается позитивное отношение к природе, предметному миру, к себе и другим людям.

В основе содержания экологического воспитания лежит формирование у ребенка осознанно-правильного отношения к природным явлениям и объектам, которые окружают его и с которыми он знакомится в дошкольном детстве.

Подобное отношение строится на чувственном восприятии объектов природы, эмоциональном отношении к ним и знании особенностей жизни, роста и развития отдельных живых существ, а также зависимостей существования живых организмов от факторов внешней среды и взаимосвязей внутри природных сообществ. Экологическая образованность и воспитанность дает ребенку возможность лучше понимать отдельные аспекты в поведении животных, состоянии растений, правильно оценивать их и адекватно реагировать. Осознанный характер отношения проявляется в том, что дети могут сами объяснить ту или иную ситуацию или понять объяснения родителей и педагогов; самостоятельно или совместно со взрослыми, учитывая потребности живого существа, выполнить определенные трудовые действия, направленные на сохранение и улучшение жизни растений и животных.

Основными формами работы по экологическому воспитанию дошкольников являются: самостоятельные наблюдения; проведение опытов; чтение рассказов с дальнейшим их обсуждением; выработка определенных навыков в различных видах деятельности (игры, импровизации, уход за животными и растениями).

Важнейшими задачами являются:

- формирование умений и навыков по уходу за растениями и животными;
- руководство чувственно-эмоциональными детскими реакциями на окружающую среду;
- воспитание любовного, заботливого отношения к природе путем систематического, целенаправленного общения с окружающим миром;
- формирование осознанного понимания взаимосвязей в природе и учета этого в практической деятельности;
- воспитание эстетических и патриотических чувств;
- укрепление дружеских отношений между детьми;
- установление взаимопонимания и взаимоуважения между педагогами и детьми, их родителями;
- экологизация быта и семейных традиций.

Для осуществления поставленных задач необходимо следующее:

1. Создать предметно-развивающую среду, обеспечивающую-работку экологических знаний дошкольников:
  - организовать «зеленую зону» и живой уголок, в которых дети -изучают первые навыки по уходу за растениями и животными, взрослые личным примером демонстрируют им правильное отношение к объектам природы;
  - собрать демонстрационный материал, способствующий уточнению и закреплению знаний о природе («живые картинки», гербарии, коллекции; картинки, иллюстрации, альбомы; картотеки пословиц, поговорок, народных примет о природе; слайды, диафильмы).
2. Осуществлять ознакомление детей с природой в разнообразных формах: на занятиях и в повседневной жизни (в труде, наблюдениях, играх на участке и в уголке природы) .
3. Регулярно планировать и проводить тематические прогулки, экскурсии, походы, помогающие детям наблюдать за погодой и природой в естественных условиях; видеть красоту окружающего мира.
4. Активно использовать развивающие, познавательные игры, дающие толчок к экологическому познанию мира каждым ребенком и к самопознанию личности.
5. Осуществлять интегрированный подход при составлении занятий по экологической тематике, т. е. включать элементы экологических знаний в другие занятия.
6. Проводить просветительскую работу по вопросам экологического воспитания дошкольников среди родителей, используя - различные ее формы: беседы, лекции об экологии и экологической обстановке, диспуты, вечера встреч, анкетирование и т. д.



*Воспитатели: Евтешина Наталья Дмитриевна,  
Якущенко Екатерина Юрьевна*

В преддверии весеннего праздника мы решили провести кулинарный мастер-класс

### Закуска "Помидор-тюльпан"

**Продукты:** Помидоры маленькие (сливки) - 30 шт.;  
Лук зеленый - 1 пучок; Майонез домашний - 150-  
200 мл; Сыр - 200 г.; Крабовые палочки (охлажденные) - 240г.

Чеснок - 3-4 зубчика; Огурец свежий (по желанию)

Способ приготовления:

Как приготовить фаршированные помидоры-тюльпаны:

1. Надрезать помидоры крест-накрест.  
Аккуратно удалить серединку с помощью чайной ложки.
2. Нарезать крабовые палочки. Натереть сыр на мелкой терке.
3. Смешать сыр, крабовые палочки, чеснок (выдавленный через пресс) и майонез (домашний).
4. Начинить помидоры приготовленным салатом.

Украсить фаршированные помидоры-тюльпаны можно нарезкой из огурца или колбасы.



### Чизкейк без выпечки, с Маршмеллоу и Нутеллой

Продукты (на 10 порций); Печенье - 200 г (количество зависит от размера формы);  
Масло сливочное - 70 г + для маршмеллоу;  
Творог - 800 г; Сметана - 150 г;  
Маршмеллоу - 500 г ; Шоколадная паста Нутелла (или любая другая шоколадная паста) - для украшения.

Способ приготовления:

1. Подготовить продукты для творожного чизкейка без выпечки. Растопить сливочное масло.
2. Измельчить печенье в крошку.
3. Смешать печенье с растопленным маслом. Выложить печенье в форму (покрытую пергаментной бумагой) и хорошо утрамбовать основу для чизкейка. Форму с печеньем поставить в холодильник.
4. Тем временем растопить зефирки маршмеллоу на водяной бане. Для этого смазать миску сливочным маслом и добавить немного молока, чтобы зефир проще растапливался и не пригорал.
5. Смешать маршмеллоу с творожной массой с помощью миксера до однородной массы.
6. Творожную начинку вылить в форму на основу из печенья и поместить чизкейк из творога в холодильник на несколько часов, до полного застывания.
7. Застывший чизкейк сверху покрыть нутеллой или шоколадной пастой. Украсить по желанию. Творожный чизкейк без выпечки, с маршмеллоу и нутеллой, готов! Можно подавать на стол.



**Приятного Аппетита!**



*Воспитатель: Олимова Умеда Бозорбоевна*

### **Должны знать**

Зимние прогулки всегда приносят малышам очень много радости. Они еще с осени ждут первого снега, когда можно слепить снеговика, поиграть в снежки и конечно же покататься на санках.

К сожалению зимнее время имеет и свои минусы - простуда, ушибы, переохлаждение, обморожение. Этот перечень можно еще продолжить, но Как же обезопасить своего малыша от неприятностей на прогулке зимой?

В этом нам помогут очень простые и всем знакомые правила безопасности для детей зимой. Напомним их сегодня еще раз. Сильный пронизывающий ветер и низкая температура - это основные факторы риска для ребенка.

### **Поэтому малыш должен знать:**

Надевать рукавички, шапку, застегивать все пуговицы нужно еще до выхода на улицу.

Поскольку холодный воздух может проникнуть под одежду.

Периодически заходить в дом, чтобы согреться и снять влажную одежду.

Нельзя оставаться на улице когда метель или очень сильный мороз и ветер.

Нельзя грызть сосульки и есть снег. Поскольку снег очень грязный в нем могут быть токсичные вещества. Да и можно запросто простудиться.

Нельзя прикладывать язычок к металлу.

Нужно ходить посередине тротуара, подальше от крыш домов. Ведь с крыши дома может упасть большая глыба снега вместе с сосульками.

Когда на тротуаре сплошной лед, ходить нужно маленькими шагами, наступая при этом на всю подошву

Нельзя стоя кататься на санках, а на лыжах и коньках кататься нужно только в специально отведенных местах.

Если на горке много детей, нельзя толкаться и драться. А если горка расположена рядом с дорогой, или рядом много деревьев или забор, то для игры лучше подыскать другое место.

Снежки лепить небольшие, кидать их не очень сильно, а кидать в лицо вообще запрещено.

### **Родителям же нужно позаботиться:**

Надеть яркую верхнюю одежду для ребенка, которую легко заметить на расстоянии. Выбрать для малыша подходящее время для прогулки, ведь зимой темнеет очень быстро. И приходится возвращаться домой тогда, когда на улице горят фонари. Поэтому, особая рекомендация, надевать на куртку и на обувь ребенка специальную светоотражающую полоску. Или можно прикрепить небольшие светоотражающие игрушки. Обычно они крепятся на рюкзак ребенка. В темноте такая полоска станет заметнее и водитель быстрее ее увидит. Что особенно важно, ведь быстро остановить машину на скользкой дороге практически невозможно.

Следите за состоянием снега, не позволяйте детям строить пещеры и тоннели из снега, который может обвалиться.

Проследите, чтобы ребенок не играл возле дороги и в зоне работы снегоуборочной машины.

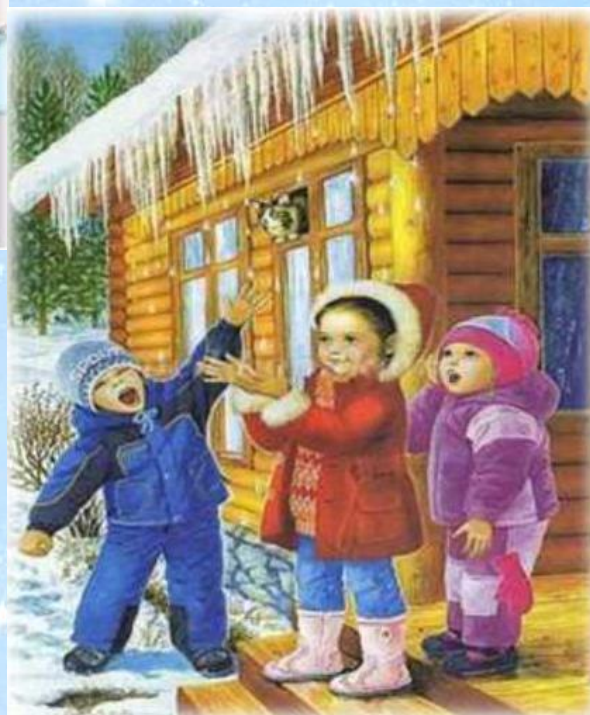
Если у вас не очень высокий дом, регулярно очищайте крышу от снега и сосулек, и не позволяйте ребенку самому срывать сосульки с крыши.



## Как избежать встречи с сосулькой?

С наступлением весны, в результате стабильного таяния снега, на крышах зданий образуются ледяные глыбы, наледи, сосульки. Все это внезапно скатывается с крыш в то время, когда человек идет по улице и даже не подозревает, что может стать жертвой погодных условий. Снежно-ледяные массы могут нанести серьезные

травмы человеку. Это и сотрясение головного мозга, ушибы головы, травмы шейного отдела позвоночника переломы конечностей.



К сожалению, большинство тротуаров проходит прямо под основаниями домов и, соответственно, под карнизами и балконами, с которых свешиваются глыбы снега и сосульки. Уберечься, конечно же, сложно. Обычная в таких случаях рекомендация - не ходить под опасными карнизами - в условиях города оказывается

невыполнимым. Так как других пешеходных зон нет. Также необходимо помнить, что чаще всего сосульки образуются над водостоками, поэтому эти места фасадов домов бывают особенно опасны. Их необходимо обходить стороной. Кроме того, обращайте внимание на обледенение тротуаров. Обычно более толстый слой наледи образуется под сосульками.

Чтобы с готовностью встретить уличные опасности, освободите свое внимание для наблюдения за окружающей обстановкой. Старайтесь не ходить на улице в наушниках, громко слушая музыку: можно не услышать как падает снег с крыш, приближающегося автомобиля или много других опасностей.

**Будьте осторожны и внимательны!!!**



*Воспитатели: Завьялова Наталья Николаевна,  
Крюк Татьяна Даниловна*

## Прогулка по достопримечательностям Красноярскa

### «Царь-рыба на смотровой площадке»

Смотровая площадка, расположенная по пути из Красноярскa в Дивногорск (ну или обратно) сама по себе заслуживает внимания.

Превосходный вид на могучий Енисей и величественные горы просто завораживает. Сюда часто приезжают туристы и жители города. Здесь традиционно скрепляют сказанные в ЗАГСе слова молодожёны, повязывая яркие ленточки на деревья и оставляя на веки именные замки на решётках ограды. Ключи отдают Енисею-батюшке на хранение.

Площадка эта, вместе со всеми традициями существует уже около 30ти лет. Несколько лет назад её полностью отремонтировали. Теперь она ещё более красивая, удобная и безопасная. Рядом с площадкой есть местечко для посиделок: беседки, место для разведения костра.

В центре самой площадки установлен памятник Царь-рыбе. Точнее, это знак памяти о Викторе Петровиче Астафьеве, который родился и жил в Красноярском крае, дом которого находится в с. Овсянка, под Красноярском. Одна из его главных книг так и называется "Царь-рыба".

Большая рыбина - осётр в сетях, и раскрытая книга под ним - так увековечили красноярцы память о своём великом земляке и его творчестве.



### Фонтан «Икар»

Икар - символ стремления к познанию и подвигу.

Автором проекта стал Александр Ткачук. Открытие скульптуры состоялось в 2008 году. Бронзовая статуя смонтирована в центре чаши фонтана на гранитной стеле. Он имеет объем - 150 кубометров воды и диаметр ванны - 18 метров, а также три периметра струй, 80 простых насадок и 12 насадок типа «елочки». Напором воды управляют шесть насосов, каждый из которых запрограммирован по управлению динамикой струй. Ночью фонтан освещает пять ламп, направленных на пенные столбы, 30 ламп, освещающих струйные насадки «елочки», еще 40 ламп установлены вокруг «Икара».



*До следующей прогулке по Красноярску.*



*Воспитатели: Назарова Анастасия Викторовна,  
Еремина Светлана Николаевна*

## Прогулка с шариками

Очень скоро закончится Зима и наступят теплые весенние денёчки, всё больше времени мы будем проводить на улице. Предлагаем вам несколько игр на свежем воздухе. Главный атрибут их - цветные шарики.



**Игра 1.** Взять мешочек с цветными шариками. Выбрать место. Вырыть в песке или снегу лунку. Раздать шариком играющим. На определённом расстоянии от лунки, например 5 – 7 шагов, начертите линию. Необходимо забросить в лунку как можно больше шариков, не переступая черту.

**Игра 2.** На ограниченном пространстве разбросать побольше шариков. Тот, кто за установленное время найдёт и соберёт больше всех шариков – победил.

**Игра 3.** Дети отворачиваются спиной. На площадке в один ряд разложить разноцветные шариком. По команде повернуться лицом к шариком – нужно запомнить, как они расположены. Через 10 секунд шариком прикрыть, а дети по памяти должны сказать цветовую последовательность их расположения или выложить из своих шариков точно такой же ряд шариков.

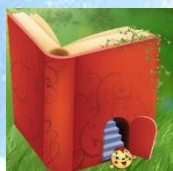
**Игра 4.** Сделайте из песка или снега горку и с нее катите шарик. Если при этом удалось задеть чужой шарик, находящийся внизу, то шарик переходит победителю и он получает право нового хода.

**Игра 5.** Нарисовать небольшой круг. Поместить в него четыре шариком, а сверху ещё один. Необходимо с определённого расстояния попасть шариком в пирамиду, что бы все её составляющие вылетели из круга.

Желаем приятного времяпровождения на свежем воздухе!



*Воспитатели: Ерлыкова Любовь Васильевна, Кулясова Нина В.  
Альбрант Ольга Владимировна*



### «Сказка ложь, да в ней намек...»

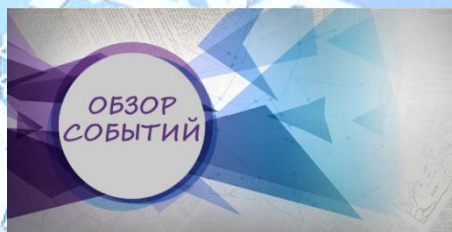
Каждое слово несет огромную смысловую нагрузку, и от того, на каких сказках мы воспитываем наших детей, зависит какими они будут. Дети всегда готовы играть сказки. Это их способ познания мира. Именно русская народная сказка радуется своим оптимизмом, добротой, любовью ко всему живому, мудростью в понимании жизни, сочувствием слабому, лукавством и юмором. Входя в сказку, ребенок получает роль одного из героев, этим самым приобщаясь к культуре своего народа, впитывая в себя отношение к миру, стойкость и спокойствие в будущей жизни.

Занятия театрализованной деятельностью помогают детям адаптироваться в окружающем мире, и решить для себя многие проблемы – например, развитие коммуникативных качеств. Театрализованная деятельность одна из самых доступных для детей. В ней происходит становление личности, развивается мышление, усваиваются социальные нормы поведения, формируются психические функции.

Сказки действуют комплексно, захватывая внимание, увлекая занимательным сюжетом. Влияние оказывают костюмы, реквизит, декорации и музыка. Неуверенные в себе и ранимые дети становятся смелее и решительнее, поскольку успешный театральный опыт способствует успешному общению в жизни. Тексты для драматизации сказок должны быть знакомы детям, понятны и легко проигрываемы. «Теремок», «Колобок», «Заюшкина избушка», «Лисичка со скалочкой», «Колосок», «Крылатый, мохнатый, масляный» - вот первые сказки, знакомые детям и пригодные для театрализованной деятельности.

Очень хочется, чтобы тексты этих сказок читали не только воспитатели, но и родители дома. «Почитай мне сказку, мама» - вот самая заветная просьба, которую хочется услышать от ребенка.





*Воспитатели: Сергеевко Анастасия Викторовна,  
Попкова Людмила Константиновна*

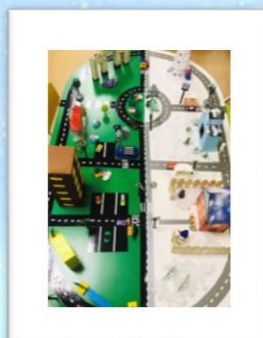
В начале декабря на базе нашего детского сада дети старших групп соревновались в лично - командном турнире по «Русским шашкам» среди дошкольных учреждений Ленинского района, где мы заняли II место, а 21 декабря состоялся выезд, где мы приняли активное участие в городском турнире по «Русским шашкам».



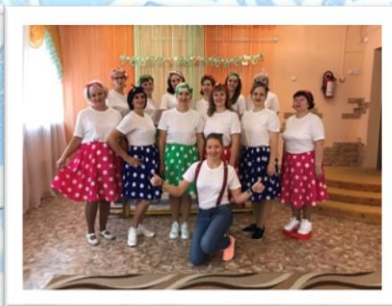
И хоть мы не заняли призового места по шашкам, зато наши дошколята показали себя на соревнованиях в первенстве района по «Метким стрелкам» среди воспитанников старших групп дошкольных образовательных учреждений Ленинского района, где были награждены за II место серебряными медалями и дипломом.



Но и это еще не всё! Наши дети справились на отлично, принимая участие в городском фестивале «Школа светофорных наук - 2018», где были награждены грамотой от инспектора ГИБДД. А наш макет был отправлен на городской фестиваль по ПДД.



Жизнь в ДОУ кипит. Участвуют не только наши воспитанники, но и педагоги не отстают. В ноябре прошел городской фестиваль - конкурс «Битва хоров - 2018» среди работников образовательных организаций г. Красноярск, где наш коллектив принял активное участие и получил диплом от руководителя главного управления образования администрации г. Красноярск Т.Ю. Сидтиковой.



Так же 27 декабря состоялась первая профсоюзная новогодняя ёлка с участием сотрудников и детей сотрудников нашего ДОУ. Все дети и гости были в восторге, остались под впечатлением, ну и конечно же, получили от Деда Мороза сладкие подарки.



Ну а как же не обойтись без ярмарки? В стенах детского сада прошла «Белая ярмарка», на которой все воспитатели групп провели для родителей мастер-классы по изготовлению новогодних игрушек, поделок, разных украшений для новогодней ёлки. Со столов были скуплены все угощения, которыми могли полакомиться наши гости.



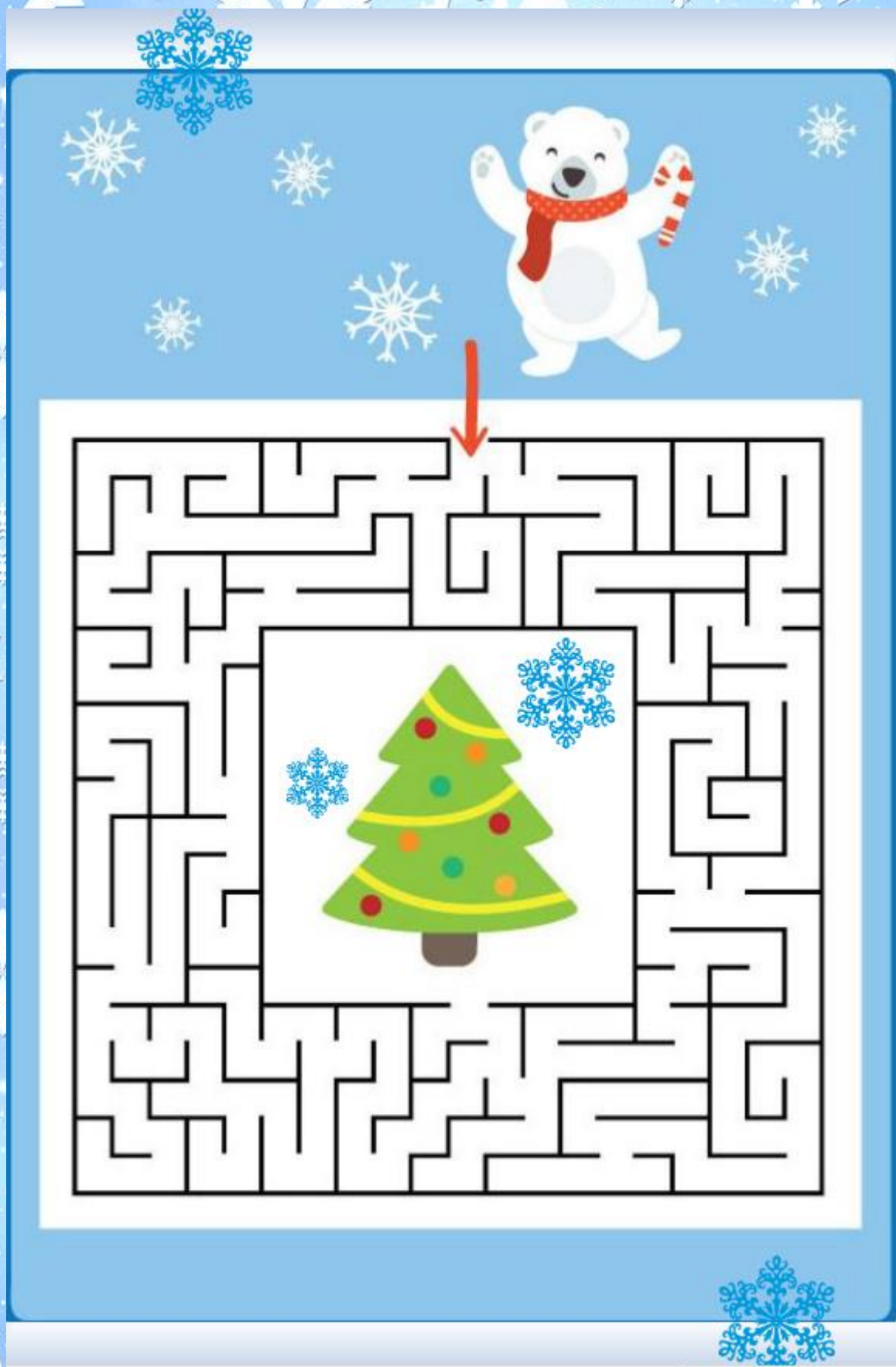
10 января 2019 года состоялся районный этап XV всероссийской акции «Спорт-альтернатива пагубным привычкам», где вся команда МБДОУ № 63 (взрослые и дети) сняли и подготовили ролик для номинации «Здоровьесберегающие технологии». В ролике задействованы дети всех групп, где мы старались показать режимные моменты, взаимодействие родителей в жизни сада, роль узких специалистов в жизни детей. Эта работа не могла не понравиться жюри. Она стала лучшей в этой номинации и с района отправилась в город, где нас наградили сертификатом от главного управления образования г.Красноярска.



Ещё совсем недавно были крещенские морозы, где наши сотрудники в лице инструктора по физической культуре Егоровой А.А., воспитателя Байкаловой Н.В. и логопеда Ишуниной Е.С. 18 января 2019 года ездили в МБДОУ № 317 для обливания холодной водой, им были вручены похвальные грамоты. Сколько храбрости и смелости им потребовалось, чтобы облить себя ведром холодной воды?



ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА





Ребенок — это когда спишь на самом краю кровати, а в центре лежит звездочка!

*ДО НОВЫХ ВСТРЕЧ*