



**ГАЗЕТА ДЛЯ  
РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ,  
А ТАК ЖЕ О  
РОДИТЕЛЯХ И ДЕТЯХ**

*(Газета издается с  
5 сентября 2003 года)*

**В ЭТОМ НОМЕРЕ...**

- 1. МЫ ПОЗДРАВЛЯЕМ**  
(с.2)
- 2. ЭТО ИНТЕРЕСНО**  
*«Совместный досуг в семье» (с.3)*
- 3. СОВЕТ СПЕЦИАЛИСТА** *«Вместе весело шагать» (с.6)*
- 4. КОНСУЛЬТАЦИЯ**  
*«Семейный досуг (с. 8)*
- 5. ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ** *«С мамой папой отдыхаем и в театре выступаем» (с.11)*
- 6. АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ**  
*«Синдром Дауна» (с. 13)*
- 7. ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ** *«Обезьянка из фетра своими руками» (с. 15)*
- 8. СТРАНИЧКА ЮНОГО ЧИТАТЕЛЯ** (с. 18)
- 9. ОБУЧЕНИЕ С УВЛЕЧЕНИЕМ** (с. 20)
- 10. ГОТОВИМ ВМЕСТЕ** *«Салат на Новый год» (с. 22)*
- 11. ДЕТСКИЙ ГОРОСКОП** *«Козерог» (с. 24)*
- 12. ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТ** (с. 25)

# ПОДСОЛНУХ

*«Совместный досуг как средство  
социокультурной реабилитации  
несовершеннолетних»*



**С наступающим 2016 годом!**

**Пусть Новый год счастливым будет,  
И чтоб он весело прошёл!  
Пусть будут рядом те, кто любит,  
И те, с кем очень хорошо!**



# Совместный досуг в семье

Детство является важным и ответственным периодом в жизни человека, как момент рождения личности. В этот период происходит ускоренное развитие психических процессов, свойств личности, маленький человек активно осваивает широкий спектр различных видов деятельности. У ребенка развивается самосознание, формируется самооценка, происходит выстраивание иерархии мотивов и их соподчинение. И именно в этот период наиболее важным является влияние семьи на развитие личности ребенка, влияние существующей в ней системы внутрисемейных, а также детско-родительских отношений. Именно семья закладывает в каждом ребенке основы жизненной позиции и ценностных ориентиров.

В дружной и сплоченной семье каждый ощущает себя звеном единой команды. Однако – на климат в современной семье влияет множество факторов: и политические, и социально-политические, и психологические. Сокращение свободного времени родителей из-за необходимости поиска дополнительных источников дохода, психологические перегрузки, стрессы и наличие множества патогенных факторов стимулируют развитие у родителей раздражительности, агрессивности, синдрома хронической усталости.

Многие родители, находясь под прессом возникающих проблем, не осознают важности совместного с детьми времяпрепровождения, которое подразумевает такой коллективный отдых, когда все собираются вместе и принимают активное участие в общем деле или мероприятии, направленном на всеобщее развлечение и веселье, и при этом не важно, от кого идет инициатива.

Такие счастливые минуты, проведенные друг с другом, сплачивают и объединяют семью, создают в ней атмосферу уважения, понимания, доверия и любви. Эти совместные моменты могут стать откровением для родителей и открытием для старшего поколения,



настоящими приключениями для малышей и праздниками для подростков, объединяя в себе все возраста, увлечения и интересы.

Совместный досуг – это огромная перспектива для личностного роста и развития каждого звена семейной цепи в отдельности. Это не просто игры дома или на свежем воздухе, это целая система совершенствования, самореализации, желания стать лучше и счастливее. Такая семья достойна восхищения, уважения и подражания, а ее члены имеют все шансы, чтобы стать умнее, добрее, самостоятельнее и лучше.

Семейный досуг дома может включать в себя:

- организацию проведения активных или настольных игр и занятий, которые оказывают влияние на развитие мышления и воображения ребенка, поднимут настроение, улучшат атмосферу внутри семьи;
- подготовку уроков и проверку домашнего задания
- столь «нудное» занятие для многих можно провести гораздо веселее – например, ребенок проверяет родителей на знание заданного материала;
- просто общение и разговоры – это возможность поделиться и впечатлениями дня, и проблемами, которые возникли и тревожат ребенка;



- домашние дела – приготовление пищи, уборка и пр. – можно устроить конкурс кулинаров семьи, конкурс на самую чистую комнату в доме или даже полочку в шкафу и т.д.;

- домашний просмотр телепередач и фильмов – очень важно вместе посмотреть позитивные, детские, развивающие или

познавательные передачи, семейные фильмы, затем обсуждать увиденное;

- совместное чтение, изучение иностранного языка, занятие рукоделием, творчеством, искусством – все это развивает усидчивость, терпение, эстетический вкус, трудолюбие, уважение к труду другого человека;

- разведение и уход за домашними животными и растениями – воспитывает такие качества, как заботу, внимательность, доброту, развивает наблюдательность, познавательность;

- приобщение детей к личным увлечениям родителей – например, папа любит фотографировать в режиме макросъемки – это может стать отличным стартом для увлечения сына, а мама любит дарить на праздники подарки, сделанные своими руками – это возможность обучить дочь такому мастерству.

Организовывая семейный досуг вне дома можно:

- посетить кинотеатр или театральное представление, согласовав перед этим сеанс в пользу семейной комедии или мультфильма.



- побывать в цирке или в парке аттракционов, что позволит сохранить в памяти много ярких и приятных воспоминаний о детстве.
- заняться спортом для всей семьей. Это могут быть и лыжные прогулки в лесу, и массовое катание на ледниковой площадке, и посещение бассейна, и велосипедная прогулка, и даже игра в футбол или волейбол.
- посетить познавательные учреждения, музеи, выставки.
- выехать на природу, в лес или на озеро, что поможет укрепить состояние здоровья каждого члена семьи.
- организовать экскурсионную поездку в своем городе или в ближайшие города.

Все совместные занятия и прогулки необходимо запечатлеть с помощью фотоаппарата, сделав множество оригинальных кадров или даже создать небольшой видеофильм проведенного дня.

В процессе организации семейного досуга для каждого родителя есть помощники – это литература в ближайшей библиотеке, кладезь информации в любых поисковых системах Интернета, но самые главные помощники – это дети – именно они всегда подскажут и даже научат своих родителей, как и в какие игры играть. Главное, уделить детям время, побыть внутри их маленькой жизни, а не параллельно, выполняя на бегу свои домашние дела, постоянно отворачиваясь от них, отмахиваясь или говоря «Можно потише?».

Ведь время бежит очень быстро и можно не заметить, как дети вырастут и уже не позовут вас ни поиграть, ни поговорить. Выбор всегда за нами. И он есть всегда.



Психолог  
отделения психолого-педагогической помощи  
Классен Марина Юрьевна



# Вместе весело шагать

Мы знаем время растяжимо,  
Оно зависит от того,  
Какого рода содержимым  
Вы наполняете его.  
Бывают у него застои,  
А иногда оно течет,  
Ненагруженное, пустое,  
Часов и дней, напрасных счет  
С.Я.Маршак

Если развивать культуру совместного досуга, то она, несомненно, зависит от культуры родителей, от того, как и чем они сами заполняют свое свободное время. Досуг в семье проводится примитивно и это сказывается на ребенке. Задача родителей – учить детей отдыхать с пользой для здоровья. Если у родителей есть какие-либо увлечения, дети охотно их разделяют. Время, проведенное в кругу своей семьи, оказывает большое влияние на детей. Все семейные праздники, игры, развлечения, походы совместно с детьми откладывают положительный отпечаток на детей в будущем.

Самым главным в организации свободного времени в семье являются не средства, а какой будет досуг разнообразный, а проводить досуг с пользой есть возможность у всех и всегда, главное этого очень захотеть. Находиться вместе, узнавать друг друга, ближе общаться – все это является удивительной возможностью сблизиться семье, расширить свои творческие возможности. Доверие между родителями и детьми, укрепление дружбы, понимание друг друга все это способствует хорошей организации совместного отдыха. Яркие впечатления у всей семьи будут, если проводить свободное время неординарно: выход в кино, в походы, посещение выставок, концертов, участие в конкурсах и т.д. Все хорошие и яркие воспоминания из детства сохраняются в памяти и на всю жизнь. Благодаря проведению совместного отдыха зарождаются семейные традиции, формируются семейные ценности, которые передаются из поколения в поколение.

Из-за отсутствия условий в обществе дети с ограниченными возможностями лишены полноценного культурного развития. Многие лишены возможности творчески развиваться, видеться с ровесниками и самореализовываться. Активное участие в социокультурных мероприятиях – детских фестивалях, конкурсах, турнирах, посещение музеев, театров, кинотеатров, библиотек – для детей с ограниченными возможностями в нашем учреждении становится уже традиционным. Более десяти лет мы проводим организованные занятия и мероприятия творческой, развлекательной, досуговой и просветительской направленности.



Одним из наиболее значимых средств социокультурной реабилитации является реабилитация детей музейными средствами.

Дети, родители и сотрудники реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями «Лучик» очень рады сотрудничеству с Государственным музеем Природы и Человека. Вот уже несколько лет мы реализуем проект «Арт-терапия музейными средствами» и программу «Летние каникулы с М@рошкой».



Основная цель нашего проекта – социализация детей через организацию досуговой и познавательной деятельности с помощью музейных средств, которая включает в себя знакомство с музейными экспозициями, занимательные экскурсии, творческие и игровые занятия, мастер-классы.

Занятия проводятся в музее Природы и Человека 2 раза в месяц с 10 -15 детьми. У детей формируются представления о многообразии подводного мира древней Югры, уважение к культуре малых народностей (ханты и манси). Ребята знакомятся с культурой, бытом народов севера, с обрядами и легендами ханты и манси, с разнообразием животного мира, местами их обитания.

Всегда впечатляет представитель ледникового периода – пещерный медведь, интересная история о его образе жизни, условиях обитания и окружающих «соседях» – мамонте, бизоне и шерстистом носороге.

Педагоги музея применяют разнообразные формы проведения занятий на закрепление материала – это и просмотр мультфильмов, выполнение поделок из бумаги и картона, лепка из пластилина, раскрашивание рисунков и др.

Уважительное отношение персонала к нам, доброжелательные и молодые педагоги, просторные интерьеры, удобные пандусы для подъема, рациональная организация экспозиции, продуманная система освещения и озвучивания – всё это так нравится детям.

Благодаря помощи специалистов данного учреждения, их заинтересованности, доброму отношению к ребенку, желанию доступно донести до него научно-познавательную информацию ребята культурно и духовно развиваются, учатся регулировать свое поведение, в их сознании формируются общечеловеческие ценности (доброта, любовь, уважение к взрослому). Подготовка и проведение любого мероприятия – это долгая и кропотливая работа. Очень важно, чтобы каждому ребенку нашлось место для проявления своего таланта, способностей, увлечений. Я придерживаюсь такого принципа – пусть каждый почувствует свою значимость и нужность – «То, что ребенок умеет делать в сотрудничестве – он сумеет сделать завтра самостоятельно» – Л.В. Выготский.

**Социальный педагог отделения диагностики, разработки и реализации программ социально-медицинской реабилитации «Служба домашнего визитирования»  
Аршава Людмила Викторовна**



# Семейный досуг

Становление и развитие человека начинается в семье. Семья – это то первое социальное окружение, в котором ребенок усваивает главные нравственные ценности, получает первичные знания и приобретает основные умения и навыки деятельности и общения, с которыми он потом входит в мир. Поэтому все, что будет не получено в детстве, с большим трудом восполняется, а иногда и вовсе не восполняется в дальнейшей жизни. И потери эти в значительной степени являются следствием того, что в семье отсутствовала совместная досуговая деятельность.

Содержание семейного досуга определяется интересами каждого члена семьи. Эти интересы, как правило, бывают различны, однако часто даже внешне разные интересы можно объединить одной идеей. Всё будет зависеть от того, с каким настроением семья будет подходить к организации того или иного дела, насколько все ее члены будут увлечены процессом подготовки и проведения выходных, праздников или просто тихого семейного вечера. Семейный досуг должен доставлять удовольствие каждому члену семьи, только тогда он будет оказывать развивающее воздействие на детей и взрослых, повышать их культурный уровень. Самые яркие впечатления у детей остаются от совместных поездок с родителями на отдых. Дети с восторгом рассказывают своим друзьям потом, где они были, что видели, как собирали грибы и ягоды, как купались в реке. Никакой мультфильм, никакая сказка не заменят ребенку собственных впечатлений, собственной живой мысли и собственного действия. Совместный отдых на природе способствует межличностному общению детей и родителей, которое имеет большой воспитательный потенциал. Ребенок всегда испытывает потребность в общении с другим человеком, и этим человеком для ребенка должен быть в первую очередь родитель. Обычно в своих беседах с детьми взрослые чаще всего затрагивают те темы, которые, с их точки зрения, соответствуют возрастным интересам ребенка: школьные дела, друзья, учителя.

Семейные проблемы, по мнению родителей, особого интереса для детей не представляют и они действительно многого не знают о своей семье: ни семейной родословной, нигде и кем работают их родители, чем они занимаются в свободное время, из чего складывается доход семьи и каким трудом он достается. Важное место в организации досуга семьи занимают традиции и связанные с ними совместные дела. Как известно, традиция – это обычай, установившийся порядок в поведении людей, в их быту. Семейные традиции, заполняя свободное время семьи, являются залогом ее счастья и взаимопонимания. При подготовке праздников необходимо учитывать возраст ребенка, его интересы, особенности характера, количество приглашенных гостей, условия проведения праздника.

У ребенка, вырастающего на добрых традициях, постепенно формируется образ семьи, который он пронесет через всю свою жизнь, и это залог того, что,



став взрослым человеком, он создаст свою семью, основанную на любви, уважении друг к другу и совместных общих делах. Формы организации семейного досуга довольно разнообразны. Это и семейные праздники, и посещение театров, музеев, совместные прогулки, походы, игры и многое другое. Наиболее распространенной формой организации досуга семьи являются семейные праздники. Семейный праздник – это организованный отдых, по случаю какого-либо значительного для всех членов семьи события. Традиционно к ним относят дни рождения, крестины, свадьбу и т.д. В каждой семье могут быть и свои праздники – начало или окончание учебного года в школе, особые достижения в спорте, творчестве и др.

Наиболее традиционным семейным праздником является день рождения одного из ее членов. Дети, как правило, с нетерпением ждут свой день рождения. Очень важно, чтобы он запомнился не только количеством подарков, но и интересной его организацией. Родителям следует помнить, что день рождения ребенка – это его праздник. Следовательно, всё, что будет происходить в этот день, должно доставлять удовольствие именно ему. Вместе с ребенком необходимо обсудить этапы подготовки дня рождения, т.е. композицию праздника, разработку сценария, оформление интерьера, подготовку сувениров для гостей. Сценарии могут быть односюжетными и бессюжетными. В одном сюжетном сценарии все эпизоды объединены содержанием, например: «Веселое путешествие», «Приключение друзей». Бессюжетные сценарии состояются из отдельных игр, конкурсов, развлечений, не соединенных единым содержанием. Родители вместе с ребенком должны обсудить основные моменты проведения праздника, определить место для игр, для праздничного стола и театрализованных представлений. Немаловажным условием является соблюдение длительности совместной групповой деятельности детей. Завершить ее следует тогда, когда у детей все еще будет желание продолжить действие. Только тогда у ребят сохранится ощущение полученного удовольствия, и останутся радостные воспоминания о проведенном времени. Необходимо также предусмотреть достаточное количество времени для самостоятельных игр и развлечений детей. Все это позволит создать атмосферу общего веселья. Организация семейного досуга, несомненно, зависит от культуры родителей, от того, как и чем они сами заполняют свое свободное время. Большое влияние на детей оказывает то, как родители проводят время в кругу своей компании. Если это просто вечеринки с застольем, разговорами и анекдотами, то они особого интереса у детей не вызывают. Тем более что дети в таких случаях чаще всего предоставлены сами себе. Но если такая компания устраивает игры, конкурсы, театральные представления совместно с детьми, то все это может быть в последующем использовано и детьми в их праздниках.

У детей, в семьях которых не уделяется должного внимания организации детского досуга, формируются такие шаблоны поведения, которые ведут к эгоизму, замыканию их в кругу своих собственных интересов. Предоставленные сами себе младшие ребята тянутся к подросткам, подражают их времяпрепровождению, копируют его. Но если подростки в своей семье не получили никакой досуговой «квалификации», то они тоже не знают, как себя содержательно занять. Поэтому родителям необходимо помнить, что человек



формируется не только и не столько под влиянием услышанного или прочитанного, но в большей мере в процессе собственной деятельности.

### **Использованная литература:**

1. Воспитателю о работе с семьёй: Пособие для воспитателя дет.сада./Л.В. Загик, Т.А. Куликова, Т.А. Маркова и др.; Под ред. Н.Ф. Виноградовой. – М.; Просвещение, 1989.- 192 с.; ил
2. Островская Л.Ф. Педагогические знания – родителям; (Материалы семинаров для родителей). Пособие для воспитателя дошкол. учреждения. – М.; Просвещение, 1983. – 176 с., ил.
3. Новикова Ж.Л. Воспитание ребёнка-дошкольника. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005.-208с.: ил.- (РОСИНКА).



**Воспитатель отделения дневного пребывания  
Анохина Ольга Ивановна**

# «С мамой папой отдыхаем и в театре выступаем»



Уважаемые родители, сегодня мы поговорим о совместном досуге родителей со своими детьми, а именно через совместные театрализованные представления.

Совместная досуговая деятельность замечательное направление для понимания своего ребенка, его проблем, успехов. Не секрет, что занимаясь повседневными домашними хлопотами, родители не всегда могут заметить его проблемы.

Современная жизнь – вечно спешащие родители, которые хотят отдохнуть в тишине и спокойствии после работы, почти исключили возможность к совместному творчеству: изготовлению поделок, рукоделию или совместному отдыху. Детей отправляют в кружки, однако не находят время, чтобы побыть

с ними, узнать о чем дети думают, чем интересуются. А дети не видят, какими знаниями, умениями и навыками обладают их родители. Новой формой совместной детско-взрослой художественной деятельности, способствующей развитию социокультурных связей между детским учреждением и семьей, является «семейный театр». Большим достижением в нашем учреждении, является привлечение родителей к участию в театрализованных представлениях в качестве актеров. Главная идея выступления детей и родителей состоит в социально – творческой реабилитации особых детей различных категорий и их семей посредством включения в театральную деятельность как равноправных участников, наравне со здоровыми сверстниками, что способствует достижению цели – ощущения



равенства с окружающим миром. В это время уважаемые родители у Вас есть возможность изучать своего ребенка в другой обстановке, отличной от домашней.

Совместная деятельность при подготовке к спектаклям при изготовлении костюмов, атрибутов, декораций, разучивание текста со своим ребенком, дает положительные результаты. При совместных выступлениях со своими самыми близкими людьми, дети учатся концентрироваться, преодолевать комплексы, ложный страх, у них вырабатывается положительная самооценка, уверенность в себе, что способствует формированию социального поведения. Дети осваивают невербальные средства общения (жесты, мимику, движения). Речь становится более связной, выразительной, обогащается словарный запас, повышается уровень коммуникативных способностей. Дети учатся выражать свои эмоции и понимать чувства других. Выступления детей вызывают сильнейшие переживания в душе, и в то же время – эмоциональный восторг от участия в спектакле. Эти переживания вознаграждаются бурными аплодисментами, криками «Браво!». В этот момент дети чувствуют, что они – главные герои не только в спектакле, но и в своей жизни, а главное в своей семье.

Таким образом, театрализованная деятельность в форме игры способствует не только пополнению знаний и умений, но является средством формирования общих игровых навыков, речи, личностных качеств ребенка, его адекватного поведения в различных ситуациях, развивает ребенка, как личность, социализирует его в обществе.



Воспитатель отделения дневного пребывания  
Дыханова Светлана Васильевна

# Синдром Дауна

Синдром Дауна одно из самых распространенных генетических заболеваний, связанное с нарушением хромосомного набора в клетках. Частота рождения таких детей 1 случай на 700 новорожденных.

Синдром Дауна, так же как и другие хромосомные синдромы, возникает случайно и не подлежит лечению. Во всех случаях синдром Дауна проявляется задержкой умственного развития ребенка различной степени тяжести от умеренной до тяжелой. Часто синдром Дауна сопровождается пороками развития, в частности пороком сердца, и иммунными нарушениями

Существует 3 формы хромосомных нарушений.

**1. Трисомия по 21 паре** встречается в 90% случаев, означает наличие трех хромосом в 21 паре вместо двух. При этом все клетки ребенка имеют такой дефект. Это нарушение вызвано случайной ошибкой в делении клеток на этапе развития сперматозоида, яйцеклетки или эмбриона. В 60% оно связано с не расхождением хромосом при созревании яйцеклетки.

**2. Транслокационный синдром Дауна** – перенос гена или части хромосомы в другое положение в той же или другой хромосоме. В этом случае, число хромосом в наборе остается равным 46. Отец ребенка является носителем мутационного гена, от этого отца рождается ребенок с синдромом Дауна. Малыши с транслокационным синдромом составляют 5% от общего количества детей с болезнью Дауна.

**3. Синдром Дауна с мозаицизмом** – самая редкая форма заболевания, она встречается в 2-3% случаев. При этой форме синдрома Дауна лишь некоторые клетки имеют дополнительную хромосому в 21-й паре. Эта мозаика из нормальных и аномальных клеток вызвана дефектом клеточного деления уже после оплодотворения. Дети имеют не столь выраженные внешние проявления болезни. Интеллектуально они сильнее, чем дети с транслокационным синдромом Дауна.

Синдром Дауна в трисомной форме делает мужчин бесплодными, а мозаичная и транслокационная форма делает возможной функцию деторождения, но рожденные дети в 98% случаев будут наделены синдромом Дауна. К



сожалению, с диагнозом синдром Дауна, при всех его формах, родить здоровое потомство практически невозможно.

В настоящее время существуют методы дородовой диагностики этого заболевания с целью обнаружения патологии на стадии внутриутробного развития. В 12–14 нед. беременности проводят ультразвуковое исследование одновременно с определением в крови матери уровней определенных маркеров. При подозрении на синдром Дауна у плода, беременной необходимо провести пункцию через переднюю брюшную стенку с целью получения клеток из плаценты, околоплодных вод или крови плода. Дальнейший анализ этих клеток в условиях генетической лаборатории позволяет установить хромосомный набор плода и диагностировать различные нарушения, в том числе синдром Дауна.

Многих беспокоит вопрос о том, сколько живут с синдромом Дауна. При диагнозе синдром Дауна продолжительность жизни составит не более 40-50 лет. Хотя такие сопутствующие болезни, как врожденный порок сердца, успешно преодолеваются, продляя тем самым жизнь людей с синдромом Дауна.

Синдром Дауна считается неизлечимым заболеванием. Каждый ребенок с синдромом Дауна имеет разной степени выраженности отставание в умственном, речевом, физическом развитии, но они способны обучаться, развиваться. Ставить их на одну линию со здоровыми детьми некорректно, да и не нужно, но и считать «ненормальными людьми» также нельзя.

Посредством психолого-педагогических методов воздействия необходимо адаптировать ребенка в обществе, прививать ему навыки самообслуживания, общения с окружающими, развивать речь.



**Заведующий отделением диагностики, разработки и реализации программ социально-медицинской реабилитации  
«Служба домашнего визитирования»  
Кетриц Надежда Федоровна**



## ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ

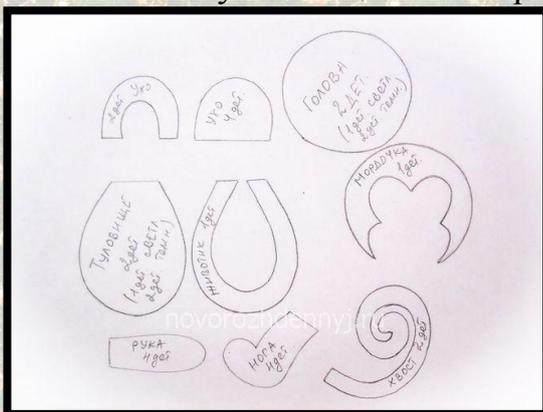
# Обезьянка из фетра своими руками



Игрушки из фетра такие теплые и приятные, милые и красивые. Они просты в исполнении, но сколько радости несут окружающим. Забавные миниатюрные игрушки получаются с этого нежного на ощупь материала. Ими можно украсить елку к Новому году, сделать гирлянду, букет цветов, магнитики на холодильник или просто сшить чудесных зверушек и куколок. Новый

2016 год – год обезьяны, поэтому предлагаем сшить своими руками из фетра прекрасную обезьянку, как символ будущего года. Для изготовления обезьянки нам необходимы: фетр коричневого и кремового цветов, нитки коричневого и розового цвета, ножницы, простой карандаш, бисер черного цвета для глазок, холлофайбер, клей Момент, розовые румяна.

1. Перерисовываем все детали с выкройкой на фетр в необходимом количестве нужного цвета и вырезаем ножницами.



2. Далее возьмем все детали необходимые для пошива головы.

3. На коричневый круг накладываем круг кремового цвета.

4. Поверх двух деталей помещаем мордашку.

5. Сшиваем все детали вместе обметочными стежками и в конце шитья оставляем небольшое отверстие для набивки.



6. Наполняем голову холлофайбером и зашиваем отверстие все теми же обметочными стежками.
7. Далее обметываем внутреннюю часть мордашки.
8. Так же как и в случае со сшиванием головы поступаем и с ушками обезьянки. На коричневое ушко кладем светлое и по верх коричневую дугу. Сшиваем по дугообразной части обметочным стежком.
9. Набиваем ушко холлофайбером.
10. Обметываем внутреннюю часть ушка.
11. Сшиваем ушко по нижнему шву и формируем ракушку.
12. Сшиваем между собой детали ручек и ножек.
13. Наполняем ручки и ножки холлофайбером.



14. Теперь приступим к сборке туловища. Для этого начинаем сшивать туловище, далее вставляем одну ручку, пришивая ее, и продолжаем сшивать туловище до места, где будут располагаться ножки.

Вставляем ножки и тоже пришиваем их обметочными стежками.

15. Далее сшиваем туловище, пришиваем вторую ручку и заканчиваем шитье, закрепив нить.

16. Наполняем туловище холлофайбером. Обметываем пузико по кругу.

17. К голове пришиваем ушки, а голову пришиваем к туловищу потайными стежками.

18. Обметываем хвостик по всей длине и тоже пришиваем его к туловищу.

19. Оформляем мордашку обезьянки из фетра, для этого из черного бисера пришиваем глазки, из коричневого фетра вырезаем маленький носик и чубчик, приклеиваем их на клей Момент. Розовой нитью вышиваем ротик и пупок.

20. Розовыми румянами припудрим щечки и немного пузико.

Обезьянка из фетра готова. Она полностью изготовлена своими руками.



Интернет ресурс: <http://novorozhdennyj.ru>





## С НОВЫМ ГОДОМ

*Вьётся ветер белой птицей,  
Будоража снег-снежок.  
Он в окно моё стучится:  
«С новым годом, мой дружок!»  
К нам в зелёном одеяньи  
Гостья из лесу пришла,  
Шумное зверят собрание,  
За собою привела.  
Вот она с зелёной чёлкой,  
Елка, в нашем доме ёлка,  
Значит – это Новый год!  
В каждый дом он свет  
приносит,  
У него подарков – воз!  
Те подарки преподносит,  
С прибауткой Дед Мороз.  
Весело поём, играем,  
Нам сейчас грустить нельзя!  
Всех друзей своих поздравим: -  
С Новым годом вас, друзья!*



## СНЕГИРИ

*Выбегай поскорей,  
Посмотреть на снегирей.  
Прилетели, прилетели,  
Стайку встретили метели!  
А Мороз-Красный Нос  
Им рябинки принес.  
Хорошо подсластил.  
Зимним вечером поздним  
Ярко-алые грозди.*

Интернет ресурс: <http://detkam.e-papa.ru/>

## Зимние загадки для детей

*С каждым днем все холоднее,  
Греет солнце все слабее,  
Всюду снег, как бахрома,  
Значит, к нам пришла... (зима)*

*Белый пух лег на дороги,  
На ступеньки и пороги.  
Знает каждый человек -  
Этот пух зовется... (снег)*

*Свяжет бабушка их внучке,  
Чтоб зимой не мерзли ручки.  
Сохранят тепло сестрички —  
Шерстяные... (рукавички)*



*Мы его слепили ловко.  
Глазки есть и нос-морковка.  
Чуть тепло — заплачет вмиг  
И растает... (снеговик)*



*Два стальных блестящих брата  
По катку кругами мчатся.  
Лишь мелькают огоньки.  
Что за братики? (коньки)*

Интернет ресурс: <http://deti-online.com/>

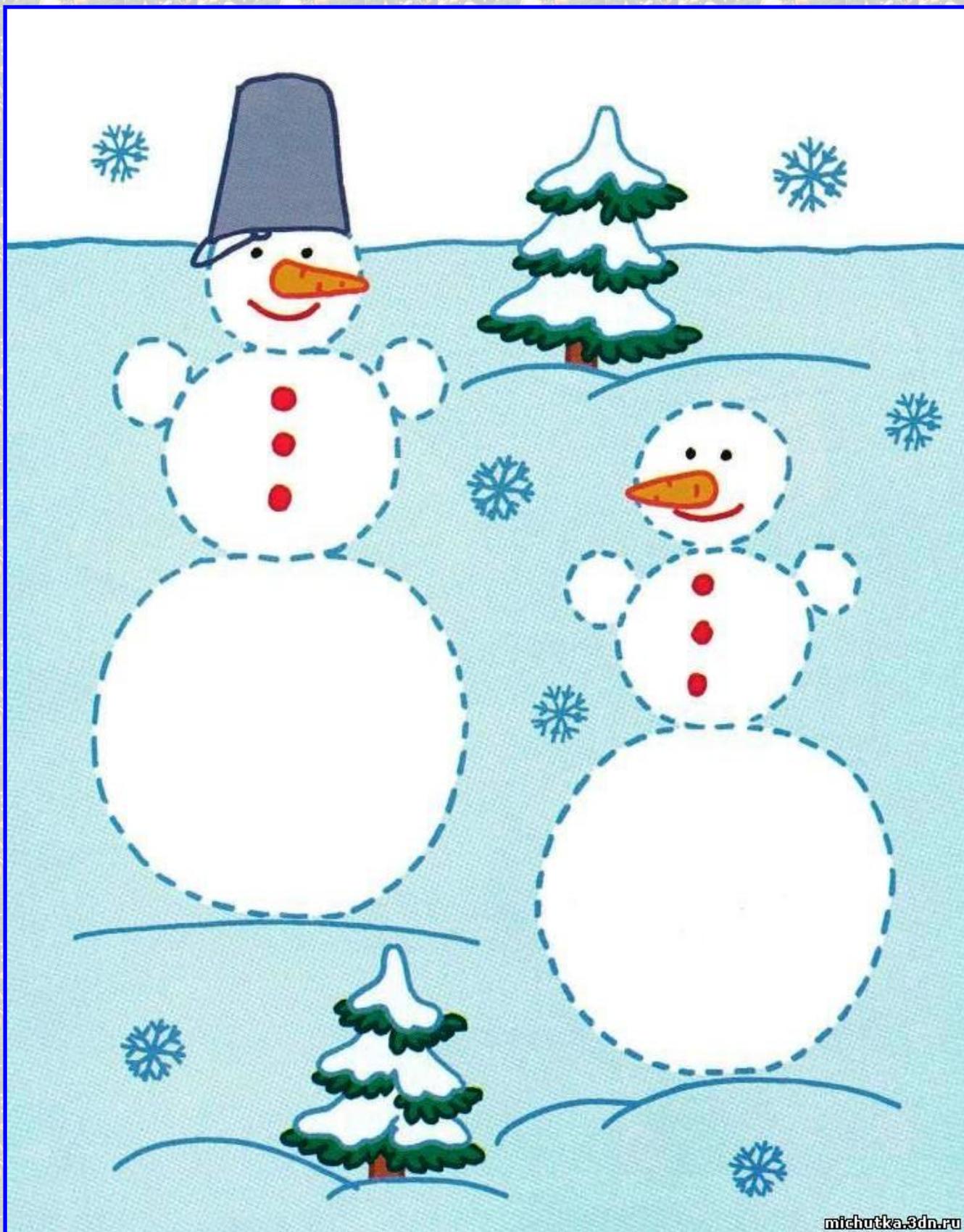
ОБУЧЕНИЕ С  
УВЛЕЧЕНИЕМ



РАСКРАСЬ КАРТИНКУ



ОБВЕДИ ПУНКТИРНЫЕ ЛИНИИ И ЗАКОНЧИ РИСУНОК.



michotka.3dn.ru



ГОТОВИМ  
ВМЕСТЕ

# Салат на НОВЫЙ ГОД



Чтобы приготовить новогодний салат в год Обезьяны 2016, будет нужно:

- 300 г отварной куриной грудки
- 3 картофелины в мундире
- 4 вареных яйца
- 2,5-3 вареных моркови
- 1 луковица
- 2 маринованных огурца или несколько корнишонов
- маленькая банка зеленого горошка
- маслины
- майонез 67% жирности
- соль

1. Нарезьте в салатник, картофель, курицу, 1 яйцо и 3 белка. Желтки оставляем для украшения салата. Лук нужно мелко порезать и залить кипятком, чтобы убрать горечь.
2. Добавляем одну морковь, нарезанные огурцы, горошек и перемешиваем салат.
3. По вкусу добавляем майонез, его нужно столько, чтобы салатная масса не была слишком сухой, хорошо лепилась, но и не поплыла при лепке, и солим по вкусу.
4. Выложите 2/3 салата в центр тарелки.
5. Лопаткой и руками формируем контуры головы обезьяны, прижимая салат, чтобы его поверхность была плоской.
6. Из отложенной массы лепим уши, чтобы получился салат в форме обезьяны.
7. Оставшуюся морковь натрите на мелкой терке и выложите ей верхнюю часть головы. Ее нужно облепить полностью, в том числе и бока.



8. Тертými желтками аккуратно обсыпьте уши и мордочку.



9. Две маслины разрежьте вдоль пополам и еще несколько тонко порежьте, чтобы получились полосочки. Выложите ими все контуры мордочки, как показано на фото. Глазки и нос смажьте растительным маслом, чтобы они весело блестели. На этом приготовление новогоднего салата "Обезьянка" закончено. Салат на Новый год 2016 Обезьяны особенно порадует детишек, наверняка они попросят приготовить его еще раз. С наступающим вас праздником!



**Приятного аппетита Вам и Вашим деткам!**

Интернет ресурс: <http://www.oz-lady.ru/salat-obezyana-ng-2016.html>

# КОЗЕРОГ



**Период рождения** – с 22 декабря по 20 января.

**Земля** – стихия всех козерогов, планета – Сатурн. Козероги любят темно-коричневый и зеленый цвет, камни-обереги – малахит, рубин, оникс.

Дети-козероги с детства целеустремленны, они планомерно шаг за шагом движутся к намеченной цели, их отличает трудолюбие и ответственность. Это можно отнести к положительным качествам козерогов. Дети-козероги бывают совершенно разными, при посторонних людях они милые застенчивые малыши, а дома – бойкие командиры.

В раннем детстве родителям с детьми-козерогами приходится трудно. Нужно создать в доме такую атмосферу, чтобы ребенок мог расслабиться, ему было весело и интересно, и, конечно, он чувствовал, что его беззаветно любят.

За здоровьем маленького козерога нужно очень внимательно следить. Любое заболевание может вызвать осложнение. Постепенно здоровье ребенка укрепляется, и его жизнеспособность становится высокой. Дети-козероги, сами спокойные по характеру, не любят шумных компаний. Они умеют сами находить себе занятия. Им достаточно иметь одного или двух друзей. Дети-козероги очень ответственные. Им нравится, когда с ними обращаются как с взрослыми людьми, и они очень переживают, когда говорят, что они маленькие несмышлениши и не доверяют им что-то. Природа наградила их трудолюбием, но медлительностью. Любое порученное задание выполняется слишком долго. Нельзя ругать ребенка за это, лучше предложить ему свою помощь.

В подростковом возрасте у козерогов возможны депрессии, поэтому нужно родителям внимательно разбираться в возникших ситуациях.

Маленький козерог не должен долго плакать, особенно на улице. Ему это очень вредно. Расстройства нервной системы могут привести к другим заболеваниям, поэтому его нервы надо беречь.

Ребенка-козерога не надо ругать, не надо заставлять его участвовать в шумных мероприятиях, не стоит при нем специально хвалить его сверстников. Он ревностно относится к этому и может начаться депрессия или постепенно развиваться комплекс неполноценности. Наоборот – обращаться с ним надо как с взрослым членом семьи, это еще больше разовьет в нем чувство ответственности. Козероги нуждаются в постоянных прогулках, желательно, что бы ребенок занимался на воздухе каким-либо видом спорта. Питание должно быть сбалансировано таким образом, что бы ребенок обязательно получал в достаточном количестве витамины и железо.

**Интернет ресурс:** <http://goroskopes.narod.ru/goroskopes/childre>



## ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТ



### **Катание на тюбингах - зимнее развлечение на природе.**

Катание на тюбингах – отличный активный совместный досуг, романтическая зимняя забава и эмоциональная разрядка! Кроме того, катание с горки на тюбингах позволяет каждому взрослому окунуться в детство, испытать восторг. Сидя дома за компьютером или за телевизором, мы пропускаем зиму. А она просто зовет на улицу.

### **Санки-ватрушки (тюбинги)**

предназначены для катания с гор, они представляют собой прорезиненный чехол, в основе которого – автомобильная камера определенного размера. В зависимости от комплекции человека, количество ездовых предусмотренных тюбингов разных диаметров. Они не имеют возрастной градации, взрослые воспринимают их не с меньшим восторгом, чем дети.

Тюбинг – отличный вариант научить ребенка не бояться высоких горки. Его использование устраняет страх падения к тому, же первый раз родителями можно прокатиться с детьми вместе. Яркие расцветки тюбингов поднимают настроение.

В выходные дни можно прийти с детьми и насладиться свежим воздухом, покататься с горки на тюбингах, лыжах или просто пройти с палками.

г. Ханты-Мансийск

### **Спортивный комплекс «Долина ручьев»**

Прейскурант на услуги тюбинговой трассы

Трасса спуска протяженностью 300м. В вечернее время трасса освещается.

#### **Прокат тюбингов для детей:**

– 220 рублей (в час)

– 50 рублей (разовый абонемент)

#### **Прокат тюбингов для взрослых:**

– 250рублей (1 час)

– 60рублей (разовый абонемент)

Адрес: г. Ханты-Мансийск ул. Калинина д.1 (со стороны ул. Лопарева)

#### **Часы работы:**

Вторник, среда –13.00 – 20.00

Четверг, воскресенье –12.00 –20.00

Понедельник – выходной

Телефон для справок 30.00.65

#### **Прокат лыжного инвентаря:**



- лыжи для взрослого 120р (в час), для детей 100р (в час)
- аргмак –100р (в час)
- палки для скандинавской ходьбы – 50р (в час)

### **Горнолыжный комплекс «Хвойный урман»** «Хвойный Урман» включает в себя:

Канатную дорогу с комбинированным подвижным составом – 8-местными гондолами и 4-местными креслами;  
Безопорную буксировочную канатную дорогу (Бэйби-лифт);  
Систему оснежения, для изготовления искусственного снега;  
Трассы для параллельных дисциплин, учебный склон, тьюбинговая трасса;  
Длина спуска 650 метров;  
Ширина –100 метров.

#### **Режим работы:**

ПН. – ВЫХОДНОЙ

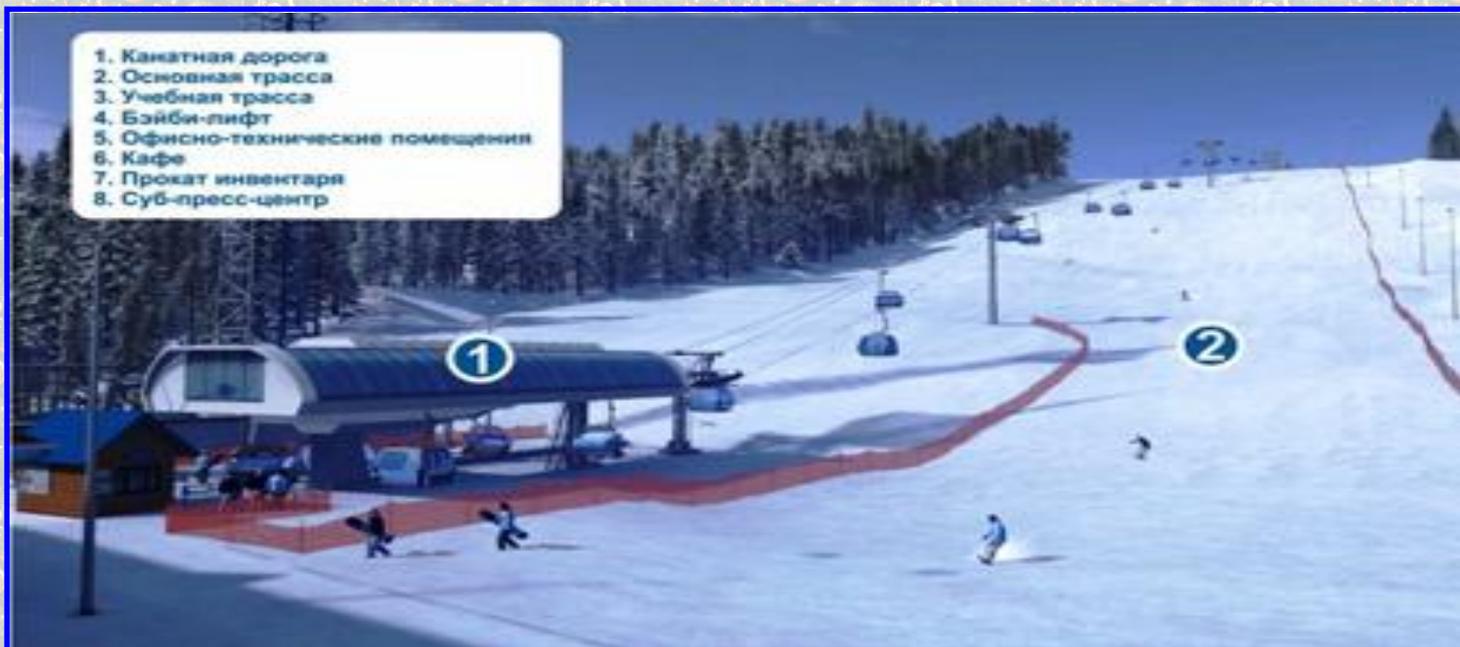
ВТ. – ПТ. С 13:00 ДО 21:00 (По вторникам канатная дорога не работает)

СБ. – ВС. С 11:00 ДО 22:00

#### **Контактная информация**

Адрес: 628011, Россия, Ханты-Мансийский автономный округ — Югра, г. Ханты-Мансийск, ул. Ледовая 14

Телефон: (3467) 900-150



**Инструктор по физической культуре отделения психолого-педагогической помощи  
Иванова Светлана Анатольевна**



### Детский телефон доверия

<Скажи о чём молчишь> для детей, подростков и их родителей. Позвонить по этому номеру могут как подростки, так и родители. Основные цели работы телефона доверия - профилактика семейного неблагополучия и раннее выявление жестокого обращения с детьми.



**Социально-психологическое консультирование по телефону 8-800-2000-122 (круглосуточно, анонимно, бесплатно).**

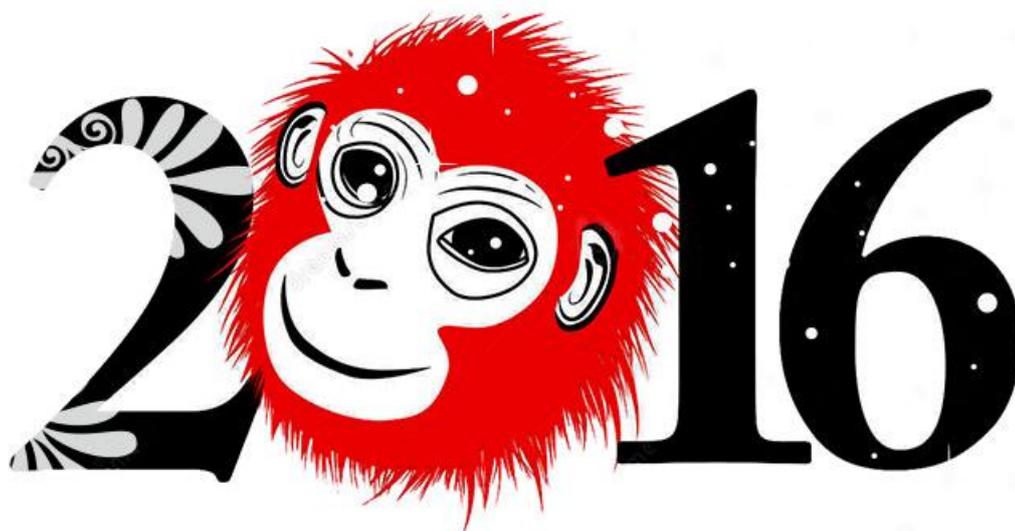


В рамках реализации государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» на 2011 – 2015 годы реализуется общественно-просветительская кампания «Люди так не делятся», нацеленная на формирование толерантного отношения граждан к проблемам инвалидов. В этой связи Минтрудом России

разработаны видео - и аудиоролики общественно-просветительской кампании на тему:

«Проблемы детей-инвалидов, в том числе девочек-инвалидов»  
(материалы можно посмотреть на сайте [admtyum.ru](http://admtyum.ru))





**С НОВЫМ ГОДОМ ОБЕЗЬЯНЫ!**

Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ  
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ  
«ЛУЧИК»  
628002

ул. Красногвардейская, дом 7-а, г. Ханты-Мансийск,

Тел/факс: (3467) 33-61-62

E-mail: [mail@luchikhm.ru](mailto:mail@luchikhm.ru)

Сайт: <http://www.luchikhm.ru/>

Ответственный за выпуск:  
методист организационно-методического отделения  
Иордан Наталья Михайловна

