



Управление дошкольного образования  
Исполнительного комитета Нижнекамского муниципального района  
Республики Татарстан

# ДОШКОЛЬНИК-НК

Ноябрь 2025



Не пропустите следующий номер!  
Мы погрузимся в мир «особенных детей»,  
которые являются неотъемлемой частью  
нашего общества.

ДНЁМ  
МАТЕРИ!





## День матери в России в 2025 году: дата, история и традиции праздника

**30 ноября 2025 года в России отмечается День матери - праздник, созданный, чтобы вдохновить и поддержать женщин, на которых ложится основная нагрузка по воспитанию детей. Он посвящен человеку, играющему важнейшую роль в жизни каждого.**

### История Дня матери в России

В нашей стране было несколько попыток учредить День матери и сделать его всенародным праздником. Первая состоялась в 1915 году. Инициатором празднования стал главный инструктор петроградского отряда скаутов Рагнар Фернберг. День матери отметили 1 декабря, но, увы, праздник не стал популярным.

После, уже в СССР, инициативу в свои руки взяла учительница из Баку Эльмира Гусейнова. В октябре 1988 года она организовала посвященный мамам праздник в школах города, а также попыталась сделать его популярным. Благодаря стараниям педагога торжество стали ежегодно отмечать в Баку. Позднее Гусейнова переехала в Ставрополь, где также сделала День матери общенародным праздником.

Затем о Дне матери вспомнили в 1993 году. Праздник был установлен в Якутии по инициативе правительства региона, датой назначили третье воскресенье ноября. Идея понравилась жителям других регионов, поэтому праздник стали отмечать еще и в Башкортостане и Челябинской области.

### Традиции празднования Дня матери

В нашей стране ко Дню матери организуют концерты, выставки и другие мероприятия. Кроме того, в этот день принято вручать матерям различные награды. В России их несколько:

#### Звание «Мать-героиня»

Это высший знак отличия для женщины, родившей (или усыновившей) и воспитавшей 10 и более детей. Вместе со званием вручают денежное поощрение - 1 000 000 рублей.

#### Орден «Родительская слава»

Его дают семьям, в которых воспитывается минимум семь детей (рожденных или усыновленных). Вместе с орденом один из родителей получает награду в размере 500 000 рублей.

#### Региональные награды

Их могут вводить в отдельных субъектах РФ. Например, в Санкт-Петербурге многодетных награждают почетным званием «За заслуги в воспитании семей». Родители могут получить награду I, II или III степени и денежное поощрение в размере от 25 000 до 100 000 рублей. Еще одна региональная награда - Медаль Материнства, ее вручают, к примеру, в Вологодской области. Есть три степени награды, они распределяются между матерями в зависимости от количества детей.

#### Семейная награда «За любовь и верность»

Ее вручают супругам, которые прожили в браке минимум 25 лет.

**В России символом Дня матери считается незабудка, которая олицетворяет преданность и бескорыстную любовь.**



## Зональный турнир по бадминтону «Веселый воланчик»

Во время школьных каникул, пока ученики отдыхали, в школах активничали дошколята. На базе Гимназии № 22 прошел зональный турнир по бадминтону среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений Нижнекамского муниципального района и г. Набережные Челны.



В турнире приняли участие 7 команд, состоящих из 2-х мальчиков и 2-х девочек, в возрасте от 6 до 7 лет.

Команды достойно боролись за звание лучших игроков в бадминтон среди воспитанников ДОУ.

**По итогам серии игр определились победители, призеры и номинанты:**

- 1 место – команда ДОУ №93 г. Нижнекамск;
- 2 место – команда ДОУ №60 г. Нижнекамск;
- 3 место – команда ДОУ №96 г. Нижнекамск.



**Номинации:**

- «Самая дружная команда» - команда ДОУ №15 г. Нижнекамск;
- «Самая сплоченная команда» - команда ДОУ №75 г. Нижнекамск;
- «Самые ловкие» - команда ДОУ №73 г. Нижнекамск;
- «За волю к победе» - команда ДОУ №130 г. Набережные Челны.



Все участники были награждены дипломами, медалями и памятным подарками, а командам – победителям вручены кубки.





## Зональный конкурс «Звезда ЮПИД»

**Стильно, модно, креативно, позитивно** - и все это о звёздах ЮПИД, которые «зажглись» сегодня на зональном конкурсе «Звезда ЮПИД» среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений Республики Татарстан, проведенном 23 октября на базе детского сада № 38.



В первом этапе конкурса приняли участие 24 конкурсанта из Нижнекамского, Мензелинского, Агрызского, Тукаевского муниципальных районов, г. Набережные Челны. В финал вышли 10 воспитанников.



На очном этапе юные помощники инспекторов движения прошли 3 испытания: «Дорожные ловушки» – участникам необходимо было найти

эту ловушку, объяснить её опасность и рассказать, как в неё не попасть.

Второе испытание: "Угадай-ка" - ребятам необходимо было определить нарушителя, либо дисциплинированного участника дорожного движения.

Самый большой восторг у жюри и зрителей вызвало последнее испытание, в котором дошкольники доказали, что «мода может быть безопасной, а безопасность - модной». Участники конкурса демонстрировали применение световозвращающих элементов. Это были и пешеходные «светлячки», и комплект экипировки велосипедиста, и зонтики для водителей СИМ, и рюкзаки, и кроссовки ... Получилось настоящее дефиле безопасности.

Участники показали высокий уровень творчества, целеустремлённости и отличное знание правил БДД.

### По итогам конкурса:

- 1 место - Танаева Мария, воспитанница МБДОУ №38 (Нижнекамский муниципальный район Республики Татарстан);
- 2 место – Нажмиддинзода Мухаббат, воспитанница МАДОУ №23 (Нижнекамский муниципальный район Республики Татарстан);
- 3 место – Исхакова Руслана, воспитанница МБДОУ № 5 (Агрызский муниципальный район Республики Татарстан);
- 3 место – Халиуллина Амиля, воспитанница МАДОУ № 77 (Нижнекамский муниципальный район Республики Татарстан).





## «Лучший билингвальный детский сад»

Начиная с 2013 года, по инициативе Министерства образования и науки Республики Татарстан проводится конкурс **«Лучший билингвальный детский сад»**. Это значимое событие стало доброй традицией, направленной на поддержку и развитие татарского языка среди подрастающего поколения. Ежегодно по итогам конкурса лучшие детские сады Нижнекамска становятся обладателями гранта, средства которого используются для создания и совершенствования условий изучения, сохранения и развития татарского языка. В этом году обладателем гранта в размере 500 тысяч рублей стало **ДОУ №99 «Күбәләк»**. Полученные средства позволят внедрять

современные образовательные методики, обновлять методическую и материально-техническую базу, а также создавать мотивирующую языковую среду для малышей. Благодаря таким инициативам Министерства образования и науки Республики Татарстан усиливается роль татарского языка в образовательном пространстве города, а у воспитанников формируется уважение к национальным традициям и языковому многообразию нашей республики. Поздравляем коллектив ДОУ №99 с заслуженной победой и желаем новых успехов в деле сохранения и развития татарского языка!



**ВЫПУСК НОВОСТЕЙ**  
**«ДЕТСКИЙ ВЗГЛЯД»**  
**ОБ УЧАСТИИ В КОНКУРСЕ**  
**«ЛУЧШИЙ БИЛИНГВАЛЬНЫЙ ДЕТСКИЙ САД»**





## Проспект Шинников

**А вы знали, что проспект Шинников в Нижнекамске ранее назывался улицей Ленина?**

Название было дано в честь вождя революции 1917 года. А в 1998 году улица Ленина был переименована в проспект Шинников.

Протяжённость этого проспекта - **2950 метров**. Расположено **47 жилых домов**.

Самые первые дома были построены в 1986 году по адресу Шинников №81, №75, №55. А дом №11 построили в 2012 году. Город растёт, расширяется.

На этом проспекте много интересного.

На фасадах жилых домов по проспекту Шинников размещен **цикл из четырёх муралов «Город-сад»** работы художника Артёма Стефанова (г. Москва). Муралы рассказывают о Нижнекамске и его ключевых особенностях, проявленных в балансе между природой, архитекту-

рой и индустрией. В композиции художник использует оптические эффекты и изометрию: плоские изображения кажутся объёмными, а при взгляде с определённой точки изображения собираются в единую композицию.

Так же четыре масштабных мурала, объединённых в **арт-объект «Город-сад. Энергия Татнефти»** - которые рассказывают историю города не только с помощью красок, но и через дополненную реальность. На одном из муралов можно увидеть 350 оцифрованных архивных снимков 1960–1970-х годов.

На проспекте Шинников расположены **6 детских садов** и 4 школы.

Храмова Л.В.  
старший воспитатель  
МБДОУ №16

## Муралы «Город-сад»



Мурал №1  
«Начало»



Мурал №2  
«Точка сборки»



Мурал №3  
«Всходы»



Мурал №4  
«Город-сад»







Меня зовут Валерия, мне пять лет, я родилась и живу в городе Нижнекамск.

А вы знаете, что в городе есть проспект Шинников? В честь кого назвали эту улицу?

Это моя любимая улица, и я хочу вам о ней рассказать!

Вы представляете машину без шин, покрышек?

Нет. Шины, покрышки делают на заводе шин. И один из проспектов нашего города назвали в честь тружеников шинного завода. "Шинники" – это как "пекари", но только для шин! Пекари пекут хлеб, а шинники делают шины для машин и другой техники.

Так что, когда гуляете по проспекту Шинников, помните, что он назван в честь очень важных людей, которые заботятся о том, чтобы все машины ездили хорошо и безопасно!

Просторная, красивая широкая улица проспект Шинников. А еще часто там устраивают праздники! День нефтяника, День химика, День города, гастрономические фестивали, мастер-классы для детей и родителей.

В 2025 году проспект Шинников обновили: сделали зоны отдыха, горки, качели, посадили деревья.

Самое главное, на проспекте Шинников находится мой любимый детский сад №78, в котором у меня много друзей и замечательные воспитатели. Мы там играем, рисуем, поем и учимся новому. А в этом году наш детский сад отмечает свой юбилей - 35 лет.

Скажу по секрету, на проспекте Шинников очень много магазинов! Мы с мамой ходим туда покупать продукты, игрушки и одежду. Мой самый любимый магазин, это где продают мороженное, и я очень люблю там покупать эскимо!

Вот такой он, мой любимый проспект Шинников!

Я думаю, что это самая красивая и интересная улица в нашем городе.



Петрова Валерия  
воспитанница  
МАДОУ № 78



## Усидчивость

**Усидчивость** - это не просто способность посидеть на месте, а комплексный навык, который является фундаментом для успешного обучения и развития ребенка в дошкольном возрасте.

**Усидчивость** - это способность ребенка целенаправленно сосредотачивать внимание на задаче и удерживать его в течение времени, адекватного возрасту и сложности деятельности, доводя начатое дело до конца, несмотря на отвлекающие факторы или трудности. Давайте разберем ее влияние по ключевым направлениям развития:

- **познавательное развитие** (интеллектуальная сфера) - это самое прямое и очевидное влияние;
- **эмоционально-волевое развитие** - это, пожалуй, даже более важный аспект. Усидчивость - краеугольный камень воли;
- **речевое развитие;**
- **социальное развитие.**

### Нормы усидчивости по возрастам

Важно адекватно оценивать возможности ребенка:

- **2-3 года:** 5-10 минут на одном виде деятельности. Деятельность часто меняется.
- **3-4 года:** 10-15 минут. Может завершить простое задание (нарисовать кружок, надеть кольцо на пирамидку).
- **5-6 лет:** 15-25 минут. Может работать по инструкции, справляться с более сложными задачами, требующими нескольких шагов.

**Как развивать усидчивость?** (советы для родителей):

**1. Личный пример.** Ребенок учится, глядя на вас. Если вы сами бросаете дела на полпути, бесполезно требовать от него обратного.

**2. Режим и предсказуемость.** Четкий распорядок дня помогает нервной системе ребенка настроиться на спокойную деятельность.

**3. Правильная организация пространства.**

У ребенка должно быть свое место для занятий

(стол, полка с игрушками), где его не будут отвлекать.

**4. Посильные задачи.** Давайте задания, которые соответствуют возрасту и способностям ребенка. Успех мотивирует.

**5. Постепенное усложнение.** Начинайте с малого, хвалите за небольшие победы и понемногу увеличивайте сложность и длительность занятий.

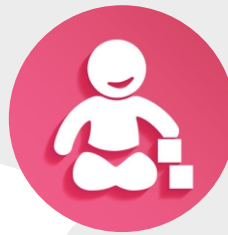
**6. Никаких принуждений!** Занятия должны быть в радость. Используйте игровой формат. Если ребенок устал - сделайте перерыв.

**7. Правильная мотивация.** Не просто «надо», а «давай посмотрим, что получится!», «помоги мне построить этот замок».

**8. Минимум отвлекающих факторов.** Во время занятий выключайте телевизор, уберите подальше гаджеты.

**9. Хвалите за процесс, а не только за результат.** «Мне нравится, как ты стараешься!», «Ты так аккуратно раскрашиваешь!» - такая похвала ценнее, чем просто «молодец».

**10. Развивающие игры:** пазлы, конструкторы (Lego, блоки), лепка, аппликация, шнуровки, сортеры, мозаика.



**Вывод:** Усидчивость - это не врожденная черта, а навык, который формируется в дошкольном возрасте. Она является **ключевым метанавыком**, который напрямую влияет на успешность познавательного, эмоционального и социального развития ребенка. Инвестируя время и силы в ее мягкое и последовательное развитие, вы закладываете прочный фундамент для всей его будущей учебы и жизни.

Балюлова Л.Р.  
педагог-дефектолог  
МБДОУ №24







## «Каз өмәсе»

*Авылларда хәзер каз өмәсе,  
Уз, рәхим ит, әйдә кунакка.  
Өреләре чыккан каз ашларын  
Табалмассың башка юллап та...*

Бүген тирә-юньдәге татар авылларында Каз өмәсе гөрли! Каз өмәсе – алтын көзнең башлык, муллык, матурлык бәйрәме ул. Көзгә байлык! Бу йола матур итеп аралашу, күңел ачу, үзеңне күрсәтү дә булып тора. Каз өмәсе - халкыбызның борынгыдан килгән милли йолаларының берсе. Аның бүгенге көндә дә сакланып калуы - үзе бер куаныч.

Татар яшьләре каз өмәсен аеруча көтеп ала торган булганнар. Каз өмәсен бигрәк тә кызлар көтеп алган. Аннан читтә калмас өчен, алар бәбкәләре күп булган апаларга җәйдән үк сүз салып куйганнар. Бу гаиләгә охшарга, ярарга тырышканнар. Йолкыган казларны көянтәгә асып кызлар чишмәгә, су буена алып төшкәннәр. Шул суда казларны юганнар. Гадәттә, гармуннар тагып, кызлар белән бергә егетләр дә чишмәгә төшкән. Казларны юып кайтышка, хужабикә каз маенда коймак, тәбикмәк пешереп, чәй әзерләп көтеп тора...

Мәҗлес тәмамлангач, йортта яшьләр уены оештырылган.

Кунак җыю, кунак сыйлау татар халкында гомер-гомергә дәрәҗәле эш исәпләнгән. Туганнарың, күршеләрең, авылдашларың белән аралашып, ашка-суга йөрешеп яшәү тормышны тагын да ямьләндереп җибәргән. Өмәдә эшләнгән эшләр, уен-көлкә хатын-кызга ел буена җитәрлек дәрт биргән. Ул көнне хатын-кызларның ни дәрәҗәдә уңган булулары ачыкланган.



Татар халкының йола-бәйрәмнәренә, гореф - гадәтләренә бакчабызда зур игътибар бирелә. Менә бүген дә малайлар-кызлар «Каз өмәсенә» җыйелды...

Сәхнәләштерелгән уен барышында кызлар казлар йолкыды, аннан көянтәләргә асып чишмә буена каз чайкарга киттеләр. Шуны гына көткән кебек, кай арада егетләр дә килеп җиткән... Яшьләр булган җирдә уен-көлкә, җыр-бию дә тынып тормый, дигәндәй төрле мавыктыргыч җырлы-биюле уеннар уйнап күңел ачтылар, бер-берсенә мәкаль, такмак, такмазалар, көлдергечләр әйтештеләр. Аннан җыелышып дәү әниләренә булышып, каз канатларын сыдырдылар. Эш арасында уйнап-җырлап алырга да онытмадылар. Сыдырылган каурыйларның бер өлешеннән таба майлау өчен канатлар үрелде, ә соңыннан калган өлеше киләсе елга бәбкәләрнең күп чыгуын теләп ятсыннар дип юл буена сибелде.

Чыннан да, оста булган бит безнең әби-бабаларыбыз. Тырышып эшли дә, матур итеп ял да итә белгәннәр алар.

Буыннан буынга күчә торган рухи тәҗрибә һәм йолалар вакытлар узуга белән һич тә әһәмиятләр югалтмыйлар, киресенчә, аларның кыйммәте арта гына. Бүгенге көндә без балалар бакчасынан ук милли бәйрәмнәребезне, йола, гореф-гадәтләребезне яңадан торгызып, яңартып, заман төсмерләре биреп үткәрә башладык. Аларны балаларыбыз белеп үсә, әти-әниләребез хөрмәт итә икән, милләтебез яши, милләт яшәгәч, тел яши, ягъни тормыш дәвам итә. Һәр кеше гореф-гадәтләренә, йолаларны ихтирам итсен, миллилекне сакласын иде!



Гарифуллина Ә.Н.  
64 нче балалар бакчасы  
өлкән тәрбиячесе





## «Халкым жәүһәре – бишек җырлары»

Кеше тормышында бишек җырларының урыны дәрәжәле. һәркем аны сабий чакның якты истәлегә итеп, гомеренең соңгы көннәренә кадәр күңел түрәндә саклай. Ул җырлар газиз ана, туган тел, туган ил кебек изге төшенчәләр белән бергә йөри. Бишек җырлары ана белән бала икәүдән-икәү генә калган вакытта башкарыла. Әни кеше ул мәлдә күңеле белән баланың рухи дөньясына якынаерга, уй-фикерләрен нәниләр кабул итәрлек гади, самими итеп әйтергә омтыла. Аналарның бәгырьдән, йөрәк түрәннән чыккан, ягымлы сүзләр белән ана телендә яңгыраган әлегә әсәрләре тәрбиядә башка бернинди чара белән чагыштырырлык һәм алмаштырырлык түгел. Бала әнисен тыңлап, аңа кушылып җырларга, үсә төшкәч, җыр сүзләрен кабатларга тели. Шулай итеп, сабий туган телендә сүзләренә әйтергә, тирә-якны танып белергә, фикерләү сәләтен, сөйләмен үстерергә өйрәнә, үзә дә сүзләренә әйтергә омтыла.



Нинди генә бишек җырларын алып карасак та халыкныкымы ул, яки авторлар тарафыннан иҗат ителгәнме, аларның һәркайсында әйтергә теләгән бер фикер ята: бу баланың киләчәгенә якты өметләр баглау, аны авырлыктардан яклау һәм саклау теләге, сабий өчен җылы һәм уңайлы мохит тудыру, аны шул тирәлектә иркәләп, назлап үстерү теләге. Бериюлы шулкадәр ягымлы, матур сүзләренә бары тик шул җырларда гына табарга мөмкин дигән фикергә килдем мин. Әлегә җырлар аша баланың күңел күзләре ачыла, матурлыкны, моңны танып башлай. һәркем бу гүзәл чыганакны, сабий чагының якты истәлегә итеп күңел түрәндә

саклай. Кеше ничә яшендә булуына карамастан, бу моңлы, тыныч, салмак, назлы, ягымлы көйне ишетү белән үзенең аллы-гөлле чәчәкләргә төрәнгән балачак бакчасына әйләнеп кайта. һәм үзә дә сизмәстән бишек җыры көйли башлай.

Балаларга ана телен өйрәтүдә төп бурычларның берсе – халкыбызның әдәби байлыгына, халык аваз иҗатына, аның гореф-гадәтләренә таяну. Без дә балалар бакчасында төрлө чаралар уздырабыз. Шөгыльләрдә балалар белән бишек җырларын ничек тыңларга, җырларга, курчак тирбәтергә, аларны «ә-ә-ә итә» дип, үзәбезчә ничек йоклатарга икәннән өйрәнәбез. Дәү әниләребез белән бергәләп «Бишек җырлары» кичәсен уздырабыз. Шөгыль вакытында гына түгел, курчаклар белән уйнаганда, йоклатканда әлегә моңнарны көйләргә өйрәнәбез. Халкыбызга кирәк, бик кирәк бишек җырлары. Бу моң һәр өйнең ишеген кагардай булсын. Бишекләрдән бишекләргә күчеп, өй түрәндә урын алырдай булсын. Безне балачагыбызга алып кайтсын. Әниләребезнең йокысыз төннәрен, әтиләребезнең сагынып эштән кайткан минутларын, әбиләребезнең безне яратып сөйгән йомшак кулларын искә төшереп торсын һәм бу кадерле кешеләребезгә карата булган якты хисләребез мәңгә сүрелмәсен, бишек җырлары белән бергә үрәлеп барсын.



Мингазова Римма Риф кызы  
76 нчы санлы гомуми үстерешле  
балалар бакчасы тәрбиячесе





**Бишек җыры**  
**Габдулла Тукай шигыре,**  
**Татар халык көе**  
Әлли-бәлли итәр бу,  
Мәдрәсәгә китәр бу,  
Тырышып сабак укыгач,  
Галим булып җитәр бу.  
Йокла, углым, йом күзең,  
Йом, йом күзең, йолдызым,  
Кичтән йокың кала да,  
Еглап үтә көндезең.  
Әлли-бәлли көйләрем,  
Хикәятләр сөйләрем,  
Сиңа теләк теләрем,  
Бәхетле бул, диярем.  
Гыйззәтем син, кадрем син,  
Минем йөрәк бәгърем син,  
Куанычым, шатлыгым  
Тик син минем, синсең, син!

**Бишек җыры**  
**Туфан Миңнуллин шигыре,**  
**Рәшит Абдуллин көе**  
Куанычларым, шатлыгым булып,  
Балам – багалмам, үсәсеңме син?  
Сагынып җырлар җырыма минем,  
Күземнең нуры, күчәрсеңме син?  
Бәхет гөлемнең чәчәге булып,  
Былбыл кошкаем, яшәрсеңме син?  
Әнием диеп, кадерлем диеп,  
Сандугачкаем, дәшәрсеңме син?  
Гомерең сукмагын зур юллар буйлап,  
Өмет йолдызым, утәрсеңме син?  
Илеңнен данын, намус, вәжданын,  
Балам, әй балам, итәрсеңме син?

**Бишек җыры**  
**Ләбиб Лерон шигыре, татар халык көе**  
Әлли-бәлли, бәбкәсе,  
Кая киткән әнкәсе?  
Каенлыкка, җиләккә,  
Айсылуга бүләккә.  
Әлли-бәлли, бәбкәсе,  
Кая киткән әткәсе?  
Тимерчегә, чиләккә,  
Айсылуга бүләккә.  
Әлли-бәлли, бәбкәсе,  
Кая киткән әбкәсе?  
Тегүчегә, күлмәккә,  
Айсылуга бүләккә.  
Әлли-бәлли, бәбкәсе,  
Кая киткән бабасы?  
Чүлмәкчегә, чүлмәккә,  
Айсылуга бүләккә.  
Әлли-бәлли, бәбкәсе,  
Кая киткән Айсылу?  
Бер кая да китмәгән-  
Йоклый икән Айсылу...

**Бишек җыры**  
**Разил Вәлиев шигыре,**  
**Шамил Тимербулатов көе**  
Әлли-бәлли, йом син күзең,  
Әлли-бәлли – татлы сүзем.  
Йоклый инде бөтен бәбиләр дә,  
Йоклый инде хәтта әбиләр дә.  
Әлли-бәлли, йом син күзең,  
Әлли-бәлли – татлы сүзем.  
Әлли-бәлли итәр балам,  
Әлли-бәлли, алтын алмам.  
Йоклый инде бөтен малайлар да,  
Йоклый инде хәтта бабайлар да.  
Әлли-бәлли итәр балам,  
Әлли-бәлли, алтын алмам.  
Әлли-бәлли, йоклап китәр,  
Әлли-бәлли, үсеп җитәр.  
Йоклый җиһан бәллүр бишегендә,  
Йоклый алмый әни кеше генә,  
Әлли-бәлли, йом син күзең,  
Әлли-бәлли...Бетте сүзем.





## Осторожно гололед!



С наступлением холодов, в ноябре, начале декабря, мы ждем много снега. Но, к сожалению, снега совсем мало, зато заморозки чередуются с оттепелью. А это, как известно, наилучшие условия для гололеда. Гололед представляет для нас с вами, уважаемые родители, наибольшую опасность, особенно если мы опаздываем на работу, да еще ребенка нужно успеть отвести в детский сад. Проще простого в гололед получить ушиб, или того хуже перелом. Но травм можно избежать, если знать и соблюдать ПЯТЬ ВАЖНЫХ ПРАВИЛ:

### Правило первое: держите ребенка за руку

Поведение детей порой бывает просто непредсказуемым, ребенок может внезапно побежать, последствия в условиях гололеда могут быть очень неприятными. Во избежание подобной ситуации лучше всю дорогу не отпускать руку ребенка. А перед тем, как собираетесь на улицу, регулярно повторяйте с детьми правила безопасного поведения на скользкой дороге – не бегать, не толкаться, не играть, не отпускать руку взрослого.

### Правило второе: не спешите

Никогда не надо спешить. Здесь как раз, кстати, поговорка «Тише едешь, дальше будешь». Рекомендуется передвигаться мелкой, шаркающей походкой. Чем шире шаг, тем больше вероятности упасть.

### Правило третье: выбирайте безопасную обувь

Третье правило гласит о том, что взрослая и детская обувь должна быть удобной и безопасной. В гололедицу лучше носить обувь на нескользящей каучуковой или другой подошве с глубоким «протектором». Кожаные подошвы очень сильно скользят. При ходьбе по скользкой поверхности следует ступать на всю подошву, слегка расслабляя при этом ноги в коленях. СОВЕТ: У вас гладкая подошва? Наклейте на нее обычный пластырь, и обувь будет меньше скользить.

### Правило четвертое: всегда смотрите под ноги

Под ноги всегда надо смотреть, а в гололед особенно. Скользкую тропинку, лучше обойти.

### Правило пятое: научитесь правильно падать

Не всегда человеку удастся удержать равновесие. «Падайте без последствий», - советуют врачи. Поэтому следует научиться падать без риска. Для этого:

1. Присядьте, меньше будет высота падения.
2. При падении сгруппируйтесь. Если падаете на спину, постарайтесь прижать подбородок к телу. Нельзя падать на вытянутые руки, можно сломать кисти рук. Чтобы не было сотрясения мозга, избегайте удара затылком.
3. Падая, старайтесь завалиться на бок, так будет меньше травм. Поскользнувшись и упав, человек стремиться побыстрее подняться. Но не стоит торопиться. Сначала надо осмотреть себя, пошевелить руками и ногами. Если боли нет, можно вставать. Ну а если появились болезненные ощущения, надо постараться определить, чем они вызваны - ушибом, повреждением связок или переломом кости.







## КАК НЕЛЬЗЯ ПАДАТЬ



### НА ЛОКОТЬ

Последствия: перелом ключицы.



### НА ВЫТЯНУТУЮ РУКУ

Последствия: перелом костей, образующих локтевой сустав (возможно, со смещением или осколками), травма запястья.



### НА ЯГОДИЦЫ

Последствия: компрессионная травма позвоночника.



### НА КОЛЕНО

Последствия: травма коленной чашечки.



### УДАР О ЗЕМЛЮ

Последствия: сотрясение мозга.

### ПОМНИТЕ!

- Помните и не забывайте, что под снегом может быть лед.
- Если конечность опухла и болит, срочно к доктору в травмпункт.
- Упав на спину, не можете пошевелиться, срочно звоните в «Скорую помощь».
- Переходя через дорогу, соблюдайте правила дорожного движения, не переходите улицу и не перебегайте перед близко идущим транспортом.

### ПОМНИТЕ!

- Проезжая часть скользкая и торможение транспорта затруднено, возможны заносы.
- При наличии светофора - переходите только на зеленый свет, так как ребенок в дальнейшем копирует все ваши действия.
- В гололед выбирайте более безопасный маршрут и выходите из дома заблаговременно.

Фасахова Г.З  
старший воспитатель  
МАДОУ №86

### Загадки про гололёд

Под ногами всё куда-то  
Ускользает и плывёт.  
И смешно, и страшновато:  
На дороге... (гололёд).

Дождь моросил,  
Ночь настала, и вот —  
Лужи замерзли,  
Везде... (гололёд).

Ох, сегодня очень скользко!  
Поскользнулся бедный Колька!  
И барахтался на льду  
У девчонок на виду.  
Чтоб никто не падал с ног,  
Сыпят дворники... (песок).

Зимой на улице беда,  
Скользко, как на льду всегда.  
Ни пройти, ни деться да,  
Как зовётся, кто подскажет?  
(Гололёд)





## Зачем нужен второй завтрак и уплотненный полдник?

**Второй завтрак** не такой незаменимый, как первый приём пищи, но и не бесполезный! Это своеобразный «перекус» между завтраком и обедом. В этом случае организм ребёнка не подвергается не сильному голоду, не излишней пищевой нагрузке.

Как правило, это легко усваиваемые и богатые полезными веществами продукты.

На второй завтрак малышам в детских садах ежедневно предлагаются разные ассортименты кисломолочных напитков (катык, кефир, ацидофильный напиток, ряженка).

Воспитатели используют время второго завтрака для:

- формирования правильных пищевых привычек;
- расширения знаний детей о полезных продуктах;
- воспитания культуры питания;
- создания позитивного отношения к здоровому питанию.

После второго завтрака дети получают достаточно энергии для активной прогулки и дальнейших занятий в детском саду. Это помогает им оставаться бодрыми и энергичными до следующего приема пищи.



А что же мы едим во время **уплотнённого полдника с блюдами ужина?**

Полдник - уютное, вкусное слово, пахнущее свежей выпечкой. В детском саду это более питательный прием пищи, который помогает поддерживать энергетический баланс ребен-

ка и не дает ему проголодаться до вечера. В меню уплотненного полдника входят творожные запеканки, со сметаной мясные или рыбные запеканки, омлет, ленивые вареники и другие блюда, дополненные напитками, фруктами и выпечкой.

Коннова Л.И.

старшая медицинская сестра  
МБДОУ №68

### Потешки во время еды

Творог-творог-творожок,  
Ням-ням-ням - как вкусно!  
Творог-творог-творожок,  
Белый, как капуста!  
В ротик -ам! - и творожок  
Как снежинка тает;  
Творог-творог - наш дружок!  
Зубки укрепляет.

Ладушки, ладушки!  
Пекла бабка оладушки,  
Маслом поливала,  
Детушкам давала.  
Даше - два,  
Паше - два,  
Ване - два,  
Тане - два,  
Саше - два,  
Маше - два,  
Хороши оладушки  
У нашей доброй бабушки!

Люли, люли, люленьки,  
Прилетели гуленьки,  
Стали гули говорить:  
«Чем нам Машеньку кормить?»  
Один скажет: «кашкою»,  
Другой - «простоквашкою»,  
Третий скажет - «молочком,  
И румяным пирожком».

Пей, дружок, томатный сок,  
Будешь строен и высок.







Михайлов Арсений



Меня зовут Михайлов Арсений.  
Мне пять лет.  
Я хожу в детский сад № 22.  
Мне очень нравится рисовать,  
а особенно насекомых.







Степанова Николь

Приглашаю вас в удивительный мир,  
где оживает «Осенняя сказка».  
Его создала я, Николь Степанова,  
воспитанница детского сада №72.  
В свои 6 лет обладаю удивительным даром -  
вижу волшебство там, где мы  
привыкли видеть просто осень.







Камалов Дамир



Меня зовут Камалов Дамир.  
Мне 6 лет. Хожу в детский сад №76.  
Моё увлечение - рисование.  
Я люблю работать с разными материалами:  
гуашью, акварелью и карандашами.  
Больше всего мне нравится  
рисовать зверей.





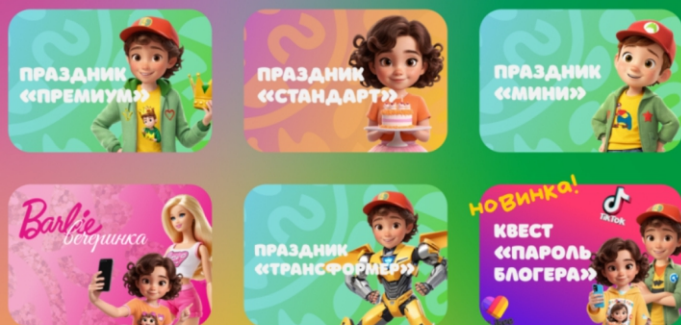


“ Меня зовут Николаева Мирослава.  
Я хочу в детский сад №77.  
Я очень любознательная, позитивная девочка.  
Люблю создавать шедевры  
из разных материалов.  
Серию своих новых работ назвала  
«Мои осенние фантазии». ”





Крутой детский праздник  
**ПО СУПЕР-ЦЕНЕ!**  
Всего от **1300 РУБЛЕЙ**



Отметь выпускной  
**ОТ 2499 РУБЛЕЙ**



**КОМБО ЗА 400 РУБЛЕЙ!**

\*цена рассчитана на 1 ребенка  
Подробности на сайте [kidsvegas.ru](http://kidsvegas.ru)  
Гагарина 25 ТЦ «ЭССЕН»  
+7 (917) 926-74-24



**А ВЫ ЗНАЕТЕ,  
ЧТО ЗДЕСЬ  
МОЖЕТ БЫТЬ**

**ВАША  
РЕКЛАМА  
?**

**ПО ВСЕМ  
ВОПРОСАМ  
РАЗМЕЩЕНИЯ  
РЕКЛАМЫ  
ОБРАЩАЙТЕСЬ**



**8 927 454 40 14**

**ДЕТСКИЕ  
ПРАЗДНИКИ**



*Аниматоры,  
шоу, мастер-классы на..*

дни рождения  
выпускные  
новый год

корпоративные праздники

WhatsApp **8-917-277-21-46**

