



Управление дошкольного образования  
Исполнительного комитета Нижнекамского муниципального района  
Республики Татарстан

# ДОШКОЛЬНИК-НК

Апрель 2026

**"ДОШКОЛЬНИК-НК" – это не просто журнал, это:**

- **Ваш надежный союзник** в воспитании счастливого и гармонично развитого ребенка.
- **Источник полезной информации**, которая поможет вам принимать правильные решения.
- **Пространство для обмена опытом** и поддержки единомышленников.
- **Удобный и доступный формат**, который всегда под рукой.



## «Сөйкемле бала - 2026»



**27 марта в детском саду №64 города Нижнекамска состоялся ежегодный Всероссийский конкурс «Сөйкемле бала – 2026». Это событие стало настоящим праздником для юных носителей татарского языка, собрав 68 дошкольников из разных уголков России. Мероприятие ярко продемонстрировало живую связь поколений и стремление сохранить национальную самобытность.**

В этом году география конкурса расширилась: среди участников были не только воспитанники из Татарстана - Нижнекамска, Казани, Набережных Челнов, Мамадыша, Актанышского и Арского районов, - но и гости из Башкортостана, Удмуртии и Кировской области. Такое представительство подчеркнуло значимость конкурса как площадки для объединения юных талантов.

Соревнование прошло в два этапа. На втором этапе 15 финалистов смогли блеснуть своими уникальными способностями. Ребята покорили жюри глубоким знанием родного языка, изяществом национальных костюмов, искусством презентации татарских традиций и кулинарными шедеврами. Красной нитью всего мероприятия стала тема Года единства народов России, что нашло отражение в торжественном открытии в формате фестиваля народов России и «Движение первых».

Оценивали выступления авторитетные эксперты: представители образования, культуры и

общественные деятели. Почётным гостем стала основатель конкурса «Сөйкемле бала», бывшая заведующая детским садом Мугизова Айсылу Вахитовна. По счастливому совпадению, сегодня она привела на конкурс свою внучку Айгуль.

По итогам напряжённой борьбы призовые места распределились так:

- **«Сөйкемле малай»** - Салихов Раян (г. Набережные Челны)
- **«Сөйкемле кыз»** - Шамсегалеева Айсель (с. Ново-Алимово, Актанышский район)
- **I место** - Гибадуллина Марьям (г. Набережные Челны) и Залеева Саида (г. Казань).
- **II место** - Сагдеев Динар (г. Нижнекамск) и Бикбаева Мадина (г. Мамадыш).
- **III место** - Давлетова Аиша (г. Мамадыш) и Гильмуллин Анвар (г. Нижнекамск).

Все участники получили дипломы в различных номинациях и памятные подарки. Особенно приятно отметить, что в празднике активно участвовали семьи воспитанников, поддерживая своих детей и разделяя с ними радость.

Организаторы выражают искреннюю благодарность неизменным спонсорам конкурса: Рустаму Мазитовичу Ганееву, Гульсине Ибрагимовне Галиуллиной и Гамилю Габдулловичу Асхадуллину. Их многолетняя поддержка позволяет проводить это значимое событие, способствующее сохранению и развитию татарского языка и культуры.



## Чемпионат по профессиональному мастерству «Абилимпикс»



6 апреля 2026 года на площадке центра технического творчества и профориентации «Кванториум» прошел региональный чемпионат по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс».



Впервые в чемпионате участвовали воспитанники дошкольных образовательных учреждений нашего города. 21 дошкольник попробовал себя в компетенциях «робототехника» и «агрофермер». Все ребята справились с заданиями, получили массу приятных впечатлений, подарков. Удивительным для ребят стало и само место проведения конкурса, оснащенное современным техническим оборудованием и роботами. Как и в любом конкурсе есть победители.

### В компетенции «робототехника»:

- **I место** - Зарифуллина Марьям ДОУ 87;
- **II место** - Сибгатуллин Хаким ДОУ 91;
- **III место** - Прокуров Тимур ДОУ 12.

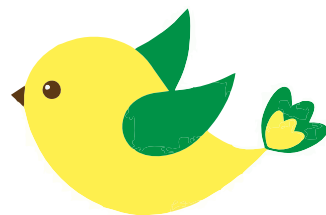


### В компетенции «агрофермер»:

- **I место** - Антропова Татьяна ДОУ 57;
- **II место** - Грязнов Егор ДОУ 57;
- **III место** - Смирнова Эвелина ДОУ 40.



От всей души благодарим центр Кванториум за предоставленную возможность нашим малышам проявить себя. Спасибо педагогам, родителям воспитанников за поддержку!



## Интеллектуальная игра «Брейн-ринг»



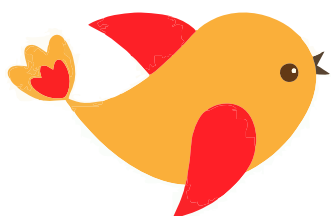
10 апреля 2026 года на базе центра развития ребенка № 92 прошла интеллектуальная игра «Брейн-ринг» среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений.

Цель игры - развитие интеллектуально-творческого потенциала детей путем активизации познавательного интереса, формирования исследовательских и логических навыков у дошкольников, поддержка интеллектуально одаренных детей.



Соревновались 8 команд из детских садов 92, 72, 70, 31, 50, 78, 90, 91.

Разыграно было 24 вопроса из 30 возможных, на 21 вопрос игроки ответили.



- **I место** - команда «Интеллектуалы» ДОУ №72;
- **II место** - команда «Знайки» ДОУ №90;
- **III место** - команда «Почемучки», ДОУ №91.



**Самым ценным игроком** по мнению жюри и наблюдателей признан игрок команды «Мозговой штурм» - Мельникова Дарьяна, ДОУ №92.

**Самым лучшим капитаном** признан игрок команды «Интеллектуалы» - Зиннатуллин Тимур ДОУ №72.

Все участники игры получили в подарок развивающие книги и энциклопедии.



## Праздник весны, красоты и тепла

**На базе детского сада №15 прошел финал регионального конкурса «Нәүрүз гүзәле-2026».**

В этом году за победу в финале конкурса состязались 23 юные воспитанницы в возрасте 5-7 лет из: Нижнекамска, Набережных Челнов, Елабуги, Кукмора, Чистополя, Арска, Мензелинска, Сарманово.

13 самых ярких участниц вышли в финал и поразили зрителей и жюри своими талантами!

Девочки представили весенние костюмы с татарским национальным колоритом «Яз гөле», продемонстрировали удивительные творческие и музыкальные способности, совместно с родителями подготовили нежные весенние букеты и ароматные блюда татарской кухни. И вот - момент триумфа!

**Абсолютным победителем и обладательницей почетного звания «Нәүрүз гүзәле-2026» стала очаровательная Гилязова Рузиля из города Мензелинск!**

**Дипломами победителей награждены:**

- **I место:** Нуриева Камиля МБДОУ №82 (г. Набережные Челны) и Шайхетдинова Лейла МБДОУ № 8 (г. Нижнекамск);
- **II место:** Гимазеева Луиза «Кузкеевская средняя школа» (Тукаевский район) Зиннатуллина Камиля МБДОУ № 47 (г. Нижнекамск).
- **III место:** Фатхетдинова Раина МБДОУ № 1 (г. Чистополь) и Гафиятова Адиля МАДОУ №15» (г. Нижнекамск).

**Дипломами в разных номинациях награждены:**

- **«Иң тырыш кыз» (Самая старательная девочка)** - Калимуллина Камиля МБДОУ № 99 (г. Нижнекамск);
- **«Иң оста кыз» (Самая умелая девочка)** - Галиева Ясмина МАДОУ № 1 (г. Набережные Челны);
- **«Иң халыкчан кыз» (Самая народная девочка)** - Гильмутянова Диляра МАДОУ № 86

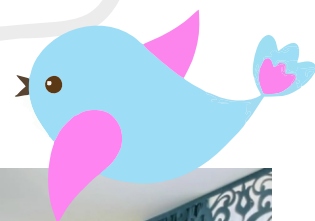
(г. Нижнекамск);

- **«Иң ягымлы кыз» (Самая обаятельная девочка)** - Ямалиева Амиля МАДОУ № 93 (г. Нижнекамск);
- **«Иң зирәк кыз» (Самая сообразительная девочка)** - Хантимирова Яна МАДОУ № 87 (г. Нижнекамск);
- **«Иң сәләтле кыз» (Самая талантливая девочка)** - Гибадуллина Марьям МБДОУ № 128 (г. Набережные Челны).

От всей души поздравляем всех девочек с заслуженными наградами и желаем им новых ярких побед, вдохновения и неиссякаемой веры в свои силы!

Отдельное спасибо за неоценимую помощь в организации праздника детства и творчества мы говорим нашим надёжным помощникам и вдохновителям: руководителю театра «Сөөнеч» Исмагиловой Василе Исмагиловне и общественному уполномоченному по правам человека в Нижнекамском муниципальном районе Республики Татарстан Ульдановой Чулпан Анасовне.

Пусть весна дарит всем радость, а детские улыбки согревают сердца!



## Турнир по плаванию



22 апреля 2026 года в детском саду № 74 прошел ежегодный зональный турнир по плаванию. В нем приняли участие 60 воспитанников дошкольных образовательных учреждений Нижнекамского, Елабужского муниципальных районов и г. Набережные Челны, которые обучаются плаванию в детских садах.

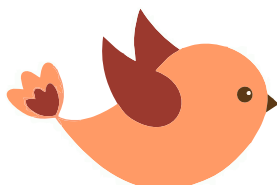
Соревнование проводилось среди воспитанников 5-7 лет.



Были они командными: 2 девочки и 2 мальчика, а так же в личном зачете. Дети плавали вольным стилем на груди и спине.

### Командные результаты воспитанников (5-6 лет)

- I место - ДОУ № 3 п.г.т. Камские Поляны;
- II место - ДОУ № 88 г. Нижнекамск;
- III место - ДОУ № 75 г. Нижнекамск.



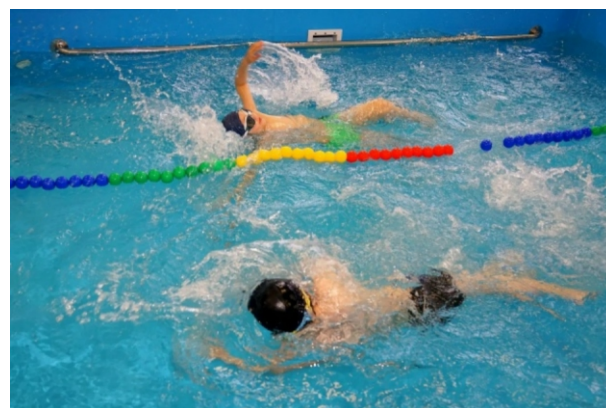
### Командные результаты воспитанников (6-7 лет)

- I место - ДОУ № 3 п.г.т. Камские Поляны;
- II место - ДОУ № 75 г. Нижнекамск;
- III место - ДОУ № 86 г. Нижнекамск.



Команды – победители были награждены кубком, все дети получили медали и дипломы.

Поздравляем всех участников турнира за проявленные навыки, силу воли, стремление к победе! Благодарим педагогов за подготовку достойных пловцов.





## Воспоминания: повар, готовящий сердцем



**Сегодня в детский сад № 37 мы пригласили повара с большим стажем - Казакову Галину Ивановну, чтобы она поделилась с нами воспоминаниями о работе.**

В далёком 1984-м судьба привела Галину Ивановну вместе с мужем и сыном из тихого провинциального Чистополя в шумный промышленный город Нижнекамск - искать новую жизнь и новый дом. Здесь её супруг быстро нашёл работу на заводе, а сама Галина Ивановна решила вернуться к своему любимому делу - искусству приготовления пищи, которое согревало сердца людей ещё со времён детства. Вскоре после переезда женщина впервые переступила порог детского сада № 37.

- Стаж у меня 33 года, и скажу честно: садик - это не ресторан, тут творчество ограничено, зато ответственность - колоссальная.

Утро начинается затемно. В 4 утра я уже на ногах, а в 5:00 нужно быть на кухне. К завтраку всё должно быть готово, каши сварены, чай заварен.

Представьте: нужно почистить, порезать, приготовить обед на 12 групп - супы, вторые блюда, салаты.

Строгий контроль. Каждый день - бракераж (проверка) готовой пищи, пробы хранятся в холодильнике. Чистота - идеальная, санитарные нормы жесткие.

Меню - дело тонкое и мудрое. Еда должна быть не только полезной, но и такой, чтобы съели. Ведь дети капризны, разборчивы и

взыскательны, каждое блюдо должно привлекать манящим запахом свежести и тепла. Во всём важно соблюдать требования. Работа повара - тяжелый труд, это постоянная работа на ногах, жара от плит, тяжелые кастрюли.

### - Трудности?

- Когда не хватает народу на рабочем месте, когда уходят на больничный, не хватает рабочих рук. А когда заходишь в группы, видишь пустые тарелки и слышишь от воспитателей, что "все съели", а от детей "спасибо, было вкусно" - это лучшая похвала и награда. Сейчас другая жизнь, появилось оборудование, облегчающее работу, а в то время всё делали вручную, детей было много...

### - Какие яркие моменты запомнились?

- Да всё было ярко. Праздники были часто, справляли юбилеи сада, сотрудникам, провозжали на пенсию. Всё было весело, дружно, интересно. Как работали, так и отдыхали. Часто встречали гостей.

Сама участвовала в двух конкурсах поваров. Нынешнему поколению хочу пожелать работать в команде: дружно, сплочённо, быть ответственными, так как отвечают за жизнь и здоровье детей. И конечно не забывать про свои семьи, они тоже ждут вашего внимания и любви. Будьте здоровы.

Я люблю свою профессию, поэтому и проработала в родном саду 33 года поваром, шеф-поваром. Работа повара в саду - это призвание. Без любви к детям здесь долго не выдержишь, ведь кормим мы самое дорогое - наших малышей».

Наш коллектив в свою очередь желает Галине Ивановне долгих лет жизни, крепкого здоровья, почаще заходить в гости, делиться опытом. Спасибо, Вам, дорогая Галина Ивановна за ваш многолетний труд.

Егорычева Н.М.  
воспитатель  
МБДОУ №37



## Улица Гагарина

**Улица Гагарина...** Это не просто название на карте моего родного города Нижнекамска, это целая эпопея моей жизни, сотканная из воспоминаний и событий. Строительство улицы Гагарина началось в 1973 году, и именно тогда, будучи 4-летней девочкой, я впервые увидела ее. Я отчетливо помню, как мы переезжали в новую красивую квартиру. Величественный девятиэтажный дом мне казался тогда настоящим дворцом. А вокруг кипела стройка, за домом возводилась новая школа №20, а во дворе строился детский сад №42 с красивым названием «Яблонька». Могла ли я тогда маленькой девчонкой, глядя из окна своего дома на детский сад, подумать, что приду сюда работать воспитателем.



11 августа 1980 года первые малыши вошли в новый детский сад. Это был 7-й сад в нашем городе, построенный производственным объединением «Нижнекамскшина», где многие годы проработали мои родители – Борисенко Валерий Николаевич и Валентина Николаевна. В тот день навсегда запомнила слова строителей первая заведующая Казначеевская А.И.: «Мы сделали свое дело - ввели садик в строй, теперь вам предстоит самое трудное дело – сделать в стенах этого садика настоящих людей, воспитать граждан своей страны!». Сегодня «Яблонька» гордо носит статус комбинированного детского сада, открывая свои двери не только для обычных детей, но и для особенных – тех, кому нужна дополнительная поддержка в развитии речи. За стенами кро-



ется мир, созданный с любовью и профессионализмом. Воспитатели – настоящие мастера своего дела, их преданность профессии и детям заслуживает восхищения. Они не просто обучают – они вдохновляют, раскрывают таланты, помогают преодолевать трудности. Современное оборудование, яркие оснащенные группы и кабинеты позволяют сделать занятия максимально интересными и эффективными. Но настоящая магия «Яблоньки» проявляется в её уникальных возможностях. Представьте, собственный яблоневый сад, посаженный заботливыми руками первых жителей Нижнекамска, где дети могут наблюдать за ростом деревьев, собирать плоды, и даже готовить из них различные продукты. А в мастерской народных ремесел, где оживают древние традиции, дети учатся создавать красоту своими руками, постигая мудрость поколений.



Сегодня, оглядываясь назад, я вижу, как много изменилось на нашей улице, как она преобразилась. Протяженность улицы Гагарина - 2315



метров, здесь расположено уже 80 домов. На месте стройплощадок появился парк «Шинник», наполненный детским смехом и пением птиц. Рядом раскинулся спортивный комплекс «Шинник», ставший центром притяжения для любителей активного образа жизни. На пересечении улиц Гагарина и Менделеева возвышается мечеть «Нур».



Городская баня, 3 школы и 3 детских сада, магазины, рестораны – все это стало частью нового облика улицы, делая ее современной и комфортной. Новые дороги, гладкие и широкие, связали район с остальным городом, а уютные тротуары приглашают к неспешным прогулкам.



Монументальная стела на улице Гагарина 26, возведенная в 1984 году, является величественным напоминанием о триумфе человеческого духа – первом полете человека в безграничные просторы космоса. Это событие, потрясшее мир, нашло свой отклик и в сердцах первопроходцев Нижнекамска, чья самоотверженная работа по строительству гиганта

«большой химии» в Татарии пришлась как раз на заре космической эры.

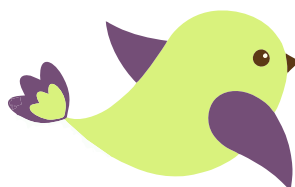


Их труд был таким же смелым и прорывным, как и полет Гагарина. Они бросали вызов неизведанному, как космонавт, устремляющийся к далеким звездам. Они знали, что их работа – это вклад в будущее, в могущество страны, в технический прогресс.

Улица Гагарина – это больше, чем географический объект. Это живой памятник, напоминающий нам о том, что настоящие герои – это не только те, кто покоряет космос, но и те, кто своим самоотверженным трудом создает новую реальность на родной земле.



Атарская В.В.  
старший воспитатель  
МАДОУ №42





## Улица Гагарина: Память о первом космонавте Земли

Мы живем в городе Нижнекамск. У нас много разных улиц, но есть одна, которой я горжусь. Это **улица Гагарина, названная в честь Юрия Алексеевича Гагарина** – настоящего героя, которого знает весь мир.



Он родился 9 марта 1934 года в деревне Клушино Смоленской области. Вы знаете, каким он был в детстве?

Таким же, как мы с вами. Он любил играть и бегать, строил самолетики. А еще он был очень любознательным. В школе Юрий Гагарин проявил себя как талантливый ученик, особенно увлекался физикой и астрономией.

Однажды он увидел самолет и сказал: «Когда я вырасту, стану летчиком!». И Юрий Гагарин исполнил свою мечту, поступив в авиационное училище летчиков.

Но он захотел полететь еще выше – к звездам! Для этого Юрий Гагарин стал очень много тренироваться. В 1960 году он был зачислен в первый отряд космонавтов.

И вот настал день – 12 апреля 1961 года. Юрий Гагарин сел в космический корабль «Восток-1». Перед стартом он улыбнулся и сказал: «Поехали!». Это слово услышала вся планета.

Он провел в космосе 108 минут, за которые совершил один оборот вокруг Земли. Этот полет подтвердил, что человек может выжить в условиях космоса, и положил начало новой профессии – космонавт.

После полета Юрий Гагарин продолжил работать в области космических исследований, но уже не как пилот, а как инженер и педагог.

За первый полет в Космос Юрий Гагарин полу-

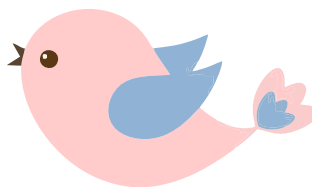
чил всенародное признание и был удостоен звания Героя Советского Союза и летчика-космонавта СССР.

Его именем названы улицы, площади и учебные заведения, а также один из кратеров на Луне.

Я испытываю чувство гордости за то, что и в нашем городе есть улица имени Гагарина. На ней установлена стела «Космонавтам» в честь памяти космонавтов – покорителей космоса. Каждый раз, проходя по этой улице, я вспоминаю, что, если мечтать и не бояться трудностей, можно совершить большое открытие.



Куличенко Матвей, 7 лет  
воспитанник  
МАДОУ №87





## Что мы знаем о космосе

**Вам интересно, что дети знают о космосе? Сегодня в редакции воспитанники детского сада № 99.**



Во всех детских садах прошла неделя космоса, она посвящена 65 летию со дня первого полета человека в космос. И им был... на эти вопросы ответят дошколята.

**Кто был первым человеком, который полетел в космос?**

Динар: Юрий Алексеевич Гагарин.



**Как назывался корабль Ю. Гагарина?**

Демьян: «Восток – 1».



**Как ты думаешь инопланетяне существуют? Какие они?**

Эмир: жизнь на других планетах пока не замечена, но это не доказывает, что инопла-

нетяне не существуют, по моему мнению, они невидимые.

Демьян: на разных планетах нет жизни. На Марсе тоже их нет, потому что там лава.

**Что едят космонавты в космосе?**

Артур: космонавты едят тоже самое, что и мы, только в тюбиках.

**Как спят в космосе?**

Алина: космонавты спят в специальных мешках, которые пристегивают.

**Ты хотел бы стать космонавтом?**

Адия: очень хотела, потому что хочу увидеть планеты в космосе.

**Что бы ты взял с собой в космос?**

Адия: я бы взяла карандаши, бумагу и много красок, чтобы можно было рисовать.

Демьян: взял бы оборудование, побольше еды

Эрик: взял бы книжки, комиксы и вообще, всю свою семью.

Риана: я бы взяла любимые игрушки, например, лошадок.

**Чего ты боишься больше: черной дыры в космосе или потерять маму в магазине?**

Демьян: наверно, черной дыры, она бывает невозвращаемой.

**Что бы ты пожелал космонавтам на орбите?**

Демьян: пожелал, чтобы их корабль не сгорел в атмосфере, что бы метеорит не попал.

Адия: удачи и везения.



Батыршина Алиса и Капитова Гузель  
юные журналисты  
МБДОУ № 99



## Весенние семейные традиции для укрепления отношений



**Пришла весна, а это значит, что можно провести время с детьми так, чтобы наши отношения стали теплее и глубже. Когда в отношениях чувствуется тепло, то жизненные трудности легче пережить, ведь дома можно укрыться от них. Когда в отношениях не нужно завоевывать любовь и признание, тогда в них можно найти отдохновение. Именно это нужно детям, да и взрослым тоже – место, где можно быть собой, где не нужно сражаться и доказывать свою важность и значимость.**

В модели развития Гордона Ньюфелда мы называем это приглашением – щедрым приглашением существовать в жизни взрослого и приглашением быть собой, со всеми своими эмоциями, чувствами, вкусами, особенностями.

### Как углубляется привязанность

Отношения с детьми развиваются, углубляются. Так, на первом году жизни ребенок чувствует себя любимым, когда находится рядом со своими взрослыми, когда может вдыхать их запах, слышать их голоса, быть у них на руках. А на втором году жизни, если развитие идет по плану природы, ребенок воспринимает любовь как похожесть на тех, к кому он привязан. Так дети учат язык, перенимают образ жизни и привычки своих близких.

Привязанность углубляется спонтанно, не по календарю, но на третьем году жизни мы можем увидеть, что ребенок привязан к нам на уровне принадлежности, верности и предан-

ности – для него становится важным то, чем он обладает, и он старается ревностно это защищать: это моя мама, это мой папа, это моя игрушка.

Дальше мы можем наблюдать развитие привязанности на уровне важности, значимости, эксклюзивности: ребенок будет искать подтверждения своей уникальности, говоря: ну как тебе мой рисунок? Подруга-флорист рассказывала, как принесла своей дочке букет, который сделала на курсах, и подарила дочке со словами: это специально для тебя. Дочка несколько дней не выпускала его из рук, любовалась им, так радовалась тому, что обычно букеты для других, а этот от мамы и СПЕЦИАЛЬНО для меня....

В какой-то момент мы можем услышать от своего ребенка заветные слова «я тебя люблю», получить в подарок колечко или сердечко. Скорее всего, это привязанность перешла на уровень любви. Ребенок хочет отдать свое сердце и робко признается в любви. А самым последним Гордон Ньюфелд выделяет уровень познания: я знаю тебя, я понимаю тебя.

Эти уровни привязанности развиваются в первые 6 лет жизни ребенка, но они актуальны в любых отношениях – и с дошкольниками, и со школьниками, и с подростками. Питая отношения на том или другом уровне, мы питаем нашу любовь, нашу привязанность. Конечно, это трудно делать искусственно. Поэтому на помощь приходят традиции и ритуалы, которые в каждой семье можно ввести по собственному усмотрению, сообразно вашим вкусам, взглядам на мир и предпочтениям. Какие традиции можно ввести в жизнь весной, когда все вокруг ожидает обновления и возрождения?

### Весенние семейные традиции

- Прорастить семена пшеницы или фасоли на блюдечке или в горшке.
- Вырастить травку в горшочке для кота.
- Посеять укроп, петрушку или пряные травы, которые вы любите, и поставить на окошко



- Сделать бомбочки из полевых семян, глины и торфа и пуляться ими из рогатки на пустырях, где потом вырастут прекрасные полянки.
- Высадить цветы в клумбу перед домом.
- Поставить несколько веточек в вазу и вместе наблюдать за появлением листьев.
- Сделать домашний флорариум.
- Прорастить желуди или каштаны и посадить там, где вы часто гуляете.
- Посадить фруктовое дерево.



- Собирать для салата листья одуванчиков и сныти, а для супа - листья молодой крапивы.
- Сделать скворечник.
- Сделать журавликов из бумаги и повесить на окно.
- Сделать жаворонков из теста.
- Сделать гостиницу для насекомых.
- Отмечать на календаре, во сколько восходит и заходит солнце.
- Вести записи температуры за окном.
- Сверять погоду с приметами вашего края.
- Поехать на пикник, взяв термос и бутерброды.
- Съездить к морю, реке или озеру.
- Запустить кораблики с засушенными листьями и цветами.
- Сходить в музей на открытом воздухе.
- Сделать костер и запечь хлеб.
- Записать пожелания на весну-лето на отдельных полосочках бумаги и положить в коробочку пожеланий, из которой можно доставать раз в неделю одну и осуществлять вместе.
- Посмотреть кино на открытом воздухе.



- Посетить вместе концерт на улице или праздник города.
- Отправиться в путешествие на электричке в соседний город.
- Съездить в аэропорт и посмотреть на взлетающие самолеты.
- Сходить в контактный зоопарк и покормить зверей (там к весне могли родиться малыши).
- Вместе покачаться на качелях, чтобы разбудить весну.
- Смотреть вместе на облака и замечать в них образы.
- Пускать змеев на сильном ветру.



- Рисовать на асфальте.
- Скачать новые аудио-книги для прослушивания в машине.
- Спрятать зимние вещи и достать летние – само собой, с примеркой!

**Тепла и радости вашим семьям!**

*Елена Куцика  
педагог*



## Как научить ребенка выражать эмоции

**Как научить ребенка выражать эмоции, а не замыкаться в себе. Эта тема волнует многих родителей, и не зря – умение выражать эмоции критически важно для психологического здоровья ребенка.**

Начнем с того, что замкнутость ребенка – это не всегда проблема. Некоторые дети по природе более интровертны и им нужно больше времени, чтобы "переварить" свои эмоции. Важно различать здоровую интроверсию и проблемное замыкание в себе.

Один из ключевых моментов – создание безопасной атмосферы для выражения эмоций. Многие родители неосознанно подавляют эмоции детей фразами вроде "Не плачь, ты же мальчик" или "Не злился, это некрасиво". Такие реакции учат ребенка, что некоторые эмоции "плохие" и их нужно скрывать.

Вместо этого можно использовать технику "зеркального отражения". Когда ребенок испытывает сильные эмоции, просто опишите то, что видите: "Я вижу, ты очень расстроен" или "Похоже, ты сейчас злишься". Это помогает ребенку осознать свои чувства и понять, что вы их замечаете и принимаете.

**Интересный факт:** исследования показывают, что дети, чьи родители регулярно обсуждают с ними эмоции, лучше справляются со стрессом и имеют более развитый эмоциональный интеллект.



Еще один эффективный метод – использование метафор для описания эмоций. Например, можно сравнить гнев с вулканом, а радость – с

солнечным днем. Это помогает детям визуализировать и лучше понять свои чувства.

Расскажу случай из практики. Ко мне обратились родители 7-летнего мальчика, который стал замкнутым после переезда в новый город. Мы использовали технику "эмоционального дневника" – каждый вечер мальчик рисовал свое настроение за день. Постепенно это помогло ему научиться выражать свои чувства словами.

Важно помнить, что дети учатся выражению эмоций в первую очередь от родителей. Если вы сами привыкли подавлять свои чувства, ребенку будет трудно научиться их выражать. Поэтому начните с себя – показывайте пример здорового выражения эмоций.

Многие родители боятся, что если позволить ребенку свободно выражать негативные эмоции, это приведет к избалованности. Но на самом деле верно обратное – ребенок, который умеет выражать свои чувства словами, менее склонен к истерикам и агрессивному поведению.



Интересно, что в некоторых культурах существуют специальные ритуалы для выражения эмоций. Например, в Японии есть практика "накакэ-бабаа" – плакальщиц, которые помогают людям выразить скорбь. Это показывает, насколько важно иметь здоровые способы выражения чувств.

Еще один полезный прием – использование игр для обучения эмоциональной грамотности. Например, игра "Эмоциональное лото", где нужно соотносить ситуации с эмоциями, или



"Крокодил" с эмоциями вместо слов. Такие игры делают процесс обучения веселым и непринужденным.



Важно также научить ребенка различать эмоции и действия. Можно объяснить, что чувствовать злость – нормально, но бить кого-то из-за злости – нет. Это помогает ребенку понять, что все эмоции приемлемы, но не все действия. Отдельно хочу отметить роль физической активности в выражении эмоций. Иногда детям трудно выразить чувства словами, и тут может помочь движение. Танцы, бег, прыжки – все это способы выпустить эмоции наружу. Бывает, что ребенок начинает замыкаться в себе из-за стресса или травмирующего опыта. В таких случаях может быть полезна арт-терапия. Рисование, лепка, создание коллажей – все это помогает выразить то, что трудно облечь в слова.



Еще один важный аспект – научить ребенка, что иногда нормально не хотеть делиться своими чувствами сразу. Можно ввести систему "отложенного разговора" – если ребенок не готов обсуждать что-то сейчас, договоритесь вернуться к этому позже. Интересно, что исследования показывают

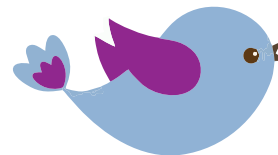
связь между способностью выражать эмоции и физическим здоровьем. Дети, которые умеют говорить о своих чувствах, меньше подвержены психосоматическим заболеваниям.

Важно также обращать внимание на невербальные сигналы ребенка. Часто дети выражают эмоции через язык тела, даже если не говорят о них. Научитесь "читать" эти сигналы и реагировать на них.

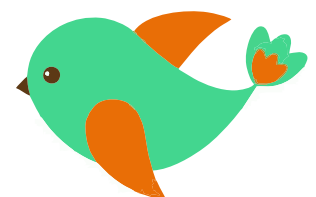
В заключение хочу сказать, что обучение ребенка выражению эмоций – это процесс, требующий времени и терпения. Не ждите мгновенных результатов. Помните, что каждый ребенок уникален, и то, что работает для одного, может не подойти другому.

Главное – создать атмосферу, в которой ребенок чувствует себя в безопасности, выражая любые эмоции. Это фундамент эмоционального здоровья, который поможет ему и во взрослой жизни.

Надеюсь, эти советы помогут вам в общении с вашим ребенком. Помните, что ваше терпение и поддержка – ключ к успеху в этом важном аспекте воспитания.



Лина Никольская  
психолог





## Без - Тукайлы халык мәңгегә!



Улыгыз яисә кызыгызның Тукай варисы булуын телисезме? Димәк, әлеге мәгълүмат сезнең өчен, хөрмәтле әти-әниләр.

Тиздән сөөкле шагыйребезнең туган көне, 140 еллык юбилее житә. Туган телебезгә, гореф-гадәтләребезгә нигез иң элек гаиләдә салынган кебек, Тукай рухы, Тукай шигърияте белән танышу да ана сөте белән иңдерелә, балалар бакчасында, аннан мәктәптә дәвам ителә...

Сүз уңаеннан быел, "Мин – Тукай варисы" дип исемләнган мөһим эчтәлекле, әһәмиятле бәйгене унбишенче мәртәбә уздырабыз. Бу инде икеләтә шатлык, икеләтә юбилей дигән сүз!!! Шуңа да матур итеп, үзебезчә "Туган телем – Тукай теле" дип саф татарча сөйләшәбез, Г. Тукай ижатына нигезләнеп гаиләдә әхлаклы, әдәпле, күпкырлы шәхесләр тәрбиялибез. Тукай варислары белән беррәттән, татар гаиләләрен барлыйбыз. Ата-аналарда туган телне өйрәнүгә мотивацион мөнәсәбәт формалаштырудан тыш, белем бирү процессына җәлеп итәбез. Бөек шагыйребез әсәрләре ярдәмендә балаларда патриотизм, туган телгә мәхәббәт, әхлакый кыйммәتلәр, халкыбызның рухи мирасына хөрмәт хисе, кече Ватаныбызга аңлы, сак мөнәсәбәт тәрбиялибез. Мәктәпкәчә яшәтәге балаларны кечкенәдән үк китап белән кызыксындырабыз. Сөйләм, фикерләү, коммуникатив, танып-белү сәләтләрен һәм тәрбия эшчәнлегенең нәтиҗәлелеген үстерәбез.

Бөтендөнья татар конгрессының Түбән Кама бүлегә җитәкчелеге, "Татар гаилә"се фонды һәм "Ак калфак" хатын-кызлар оешмасы белән берлектә оештырылган "Мин – Тукай варисы" дип исемләнган бәйгенең тарихы 2011 ел – Тукай елына барып тоташа. Географиясе генә түгел, дәрәжәсе дә елдан ел арта. Бакчабызда

тәрбияләнүче сабыйлар өчен махсус оештырылган бәйге 2 ел шәһәр күләмендә, 3 ел төбәккә, 5 ел республика күләмендә, инде ике ел рәттән бөтенроссия күләмендә оештырыла. Әлеге бәйгенең махсус кунагы, Бөтендөнья татар конгрессының "Татар гаиләсе" Бөтенроссия иҗтимагый фонды директоры Миләүшә Хафиз кызы Гайфуллина ерак араны якин итеп, ел саен башкалабыз Казаннан килеп тамаша кыла, катнашучыларга үз бәясен бирә, жюри вәкилләренә иң-иңнәрен сайларга ярдәм итә. Рәстәм Мәжит улы Ганиев белән Гөлсинә Ибраһим кызы Галиуллина – бәйгебезнең алыштыргысыз иганәчесе булып тора.

Саф татар телендә оештырылган бәйгедә көчегезне сынарга теләсәгез, сез дә килегез! Рәхим итегез, әлегә соң түгел. Бәйгенең финалы 24 нче апрель көнне, сәг. 9.00 да 64 нче санлы "Сөембикә" балалар бакчасында уздырылачак. 15 еллыкка – 15 җиңүченә һәм биш татар гаиләсен зурларбыз дип, өметләнәбез.

Бәйгенең таләпләре һәм шартлары белән тулысынча балалар бакчасы сайтында таныша аласыз. 2026 нчы елны җиңү яулаган Тукай варислары турында да нәкъ шуннан укып белерсез.



Тукай варислары кайда да югалмыйлар! Алар һәрвакыт алдынгылар! Алар һәрвакыт беренчеләр!

*Нурзия Мирхазова  
«Без – Тукай варислары»  
бәйгесенең идея авторы*



## Борынгы йола «Карга боткасы» - яңа буынга!



Язның жылы төсләре белән бергә, балалар бакчаларында да горур, тарихи традицияләр, йолалар яңара – татар халык бәйрәме «Карга боткасы» оештырыла.

Бәйрәмнең тамыры борынгы заманнарда барып тоташа: ул язны һәм кошларның кайтуын билгели, табигатьнең яңа тормыш башлавына тагын бер кат игътибар юнәлтә. Борын – борын заманда кешеләр ни өчен яз булганын белмәгәннәр. Алар язны кара каргалар алып килә, дип уйлаганнар. Шуның өчен карлар эреп, сулар ага башлагач, каргалар килү хөрмәтенә «Карга боткасы» йола бәйрәмен оештырып матур аланда күңел ача торган булганнар.

Милли йолаларны яңарту, аларны балалар күңеленә сеңдерү – бәйрәмнең төп асылы булып тора. 83нче "Умырзая" балалар бакчасында чара барышында балалар яз турында җырлар җырладылар, кошлар турында табышмаклар чиштеләр, халык уеннары уйнадылар, «Карга боткасы» тешендә риваятьләр тыңладылар.

Бәйрәмгә килгән Баки, Урманче исемендәге 2нче гимназия укучылары да үзләренең чыгышлары белән кушылды, шуңа күрә чара бигрәк матур һәм ыңкый булды. Гимназистлар балаларга кошлар турында кызыклы тарихлар сөйләде, «Карга боткасы» йоласының мәгънәсен аңлаттылар, үзләре җырлар җырлап, уеннар оештырып, чараны җанландырып дәртлеләттеләр. Балалар өлкән дусларына бик шатландылар, аларга охшарга теләп, калышмыйча уеннарда җиңүгә ирешергә тырыштылар.

Бәйрәмнең иң матур өлеше – карга боткасы пешереп ашау булды. Ата-аналар белән бер-

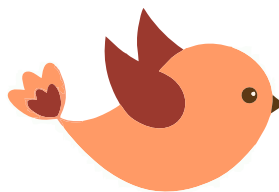
гәләп борынгыча чуен казанда ботка пешерелде. «Дуслык боткасы» татлы һәм бик тәмле булды – дип нәтиҗә ясадылар бәйрәм кунаклары, балалар. Бу йола – төрле буыннар арасында горурлык һәм мәдәни мирасны тапшыруның матур үрнәге буларак истә калды.

Соңгы өлеш – кошларны тукландыру. Балалар пешергән ботканың бер өлешен агачлар төбендә калдырып, борынгылар үрнәге буенча – кошларга ризык бирделәр, каргаларның ашавын табигый рәвештә күзәттеләр. Бу ысул – балаларда табигатькә карата мөһаббәт һәм ихтирам тәрбияләүнең матур, нәтиҗәле ысулы.

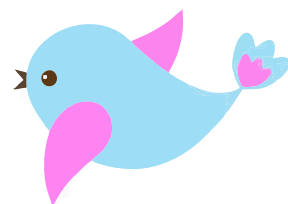
«Карга боткасы» бәйрәм йоласы балаларга гына түгел, ата-аналарга һәм бәйрәм кунакларына да зур шатлык китерде, дәрт өстәде. Ата-аналар балаларның халык гореф-гадәтләрен өйрәнүен күрәп хозурландылар, горурландылар.



Бу йоланы саклау һәм яшә буынга тапшыра алу – безнең горурлыгыбыз һәм бурычыбыз. «Карга боткасы» - язның гына түгел, дуслыкның һәм бердәмлекнең дә символы!



83нче балалар бакчасы  
тәрбиячесе  
Лилия Сәләмова





## Вода - польза или вред

**Вода играет ключевую роль в здоровье ребёнка - дошкольника, так как она участвует в жизненно важных процессах организма и влияет на его развитие. Однако важно соблюдать баланс и учитывать некоторые нюансы.**

### Польза воды для ребёнка

- **Гидратация.** Тело ребёнка состоит из воды примерно на 80–90%, поэтому поддержание водного баланса критически важно для всех процессов в организме.
- **Терморегуляция.** Вода помогает поддерживать нормальную температуру тела через потоотделение, что особенно важно для активных детей и в жаркую погоду.
- **Пищеварение.** Вода способствует усвоению питательных веществ, предотвращает запоры и поддерживает нормальное пищеварение.
- **Работа суставов.** Вода выполняет роль «смазки», улучшая подвижность суставов.
- **Выведение токсинов.** Вода помогает вывести из организма продукты обмена и токсины через почки.
- **Поддержка здоровья кожи.** Вода поддерживает необходимый уровень увлажнённости, предотвращает сухость и раздражения.
- **Улучшение когнитивных функций.** Достаточная гидратация напрямую влияет на концентрацию внимания, память и успеваемость.

### Вред и риски для организма ребенка

- **Обезвоживание.** Недостаток воды может привести к быстрой утомляемости, головным болям, снижению иммунитета, проблемам с концентрацией внимания, сухости кожи, аллергическим реакциям, болям в суставах и даже нарушению работы почек. У детей обезвоживание развивается быстро и требует немедленных действий.
- **Качество воды.** Важно использовать чистую воду - специальную детскую, фильтрованную или бутилированную. Газированная вода не рекомендуется из-за возможного вздутия живота и негативного влияния на зубную эмаль. Избыток минералов или

наличие примесей в воде может навредить здоровью. Например, превышение содержания фтора может привести к флюорозу, а наличие тяжёлых металлов - к интоксикации.

- **Насилие при питье.** Заставлять ребёнка пить воду насильно не рекомендуется, так как это может сформировать неправильные питьевые привычки. Достаточно периодически предлагать воду, но не принуждать.

### Особенности организации питьевого режима

- **Нормы потребления.** Потребность в жидкости индивидуальна и зависит от веса ребёнка, его активности, времени года и общего состояния здоровья. Для детей от 3 лет и старше норма может составлять 1–1,5 литра и более в сутки.
- **Выбор воды.** Лучше отдавать предпочтение чистой негазированной воде. Соки, газированные напитки, крепкий чай и сладкие газированные напитки не должны заменять воду.
- **Приучение к привычке.** Можно использовать яркие непроливайки, формировать ритуалы (предлагать воду после прогулки, пробуждения, активных игр), пить воду вместе с ребёнком - личный пример важен. Во время физических нагрузок и активного отдыха стоит предлагать ребёнку попить чаще, так как он потеет и теряет много жидкости. Перед внесением изменений в питьевой режим ребёнка рекомендуется проконсультироваться с врачом, особенно если есть хронические заболевания или другие особенности здоровья.
- **Вода играет особенно важную роль для детского здоровья.** Чем раньше вы сможете сформировать привычку грамотного употребления воды, тем ему проще будет поддерживать правильный образ жизни в дальнейшем.

Садыкова В.Э.  
воспитатель  
МБДОУ № 68





## Правила здорового перекуса

Все мы знаем, что здоровое питание – это основа для крепкого здоровья, энергии и отличного настроения. Но часто возникает вопрос: а нужны ли перекусы между основными приемами пищи?

Да, перекусы играют очень важную роль в рационе ребенка!



**Детский организм** – это постоянно растущий и развивающийся механизм, который требует регулярного поступления энергии и питательных веществ. Вот несколько ключевых причин, почему перекусы так важны:

- **поддержание стабильного уровня энергии:** дети очень активны, они много двигаются, играют. Их организм быстро расходует энергию. Перекусы помогают восполнить этот запас;
- **обеспечение организма необходимыми питательными веществами:** основные приемы пищи не всегда могут полностью покрыть потребности растущего организма. Правильно подобранные перекусы могут стать отличным источником витаминов, минералов, клетчатки и белка;
- **формирование здоровых пищевых привычек:** правильно организованные перекусы учат ребенка слушать сигналы своего

тела, различать чувство голода и насыщения.

### Как организовать перекусы правильно?

Чтобы перекусы приносили максимум пользы, важно подойти к их организации осознанно:

- **Выбирайте полезные продукты:** отдавайте предпочтение натуральным, цельным продуктам. Старайтесь исключить из рациона ребенка сладости, газированные напитки, чипсы, выпечку из белой муки. Они дают быстрый, но кратковременный прилив энергии.
- **Соблюдайте режим:** перекусы должны быть происходить примерно в одно и то же время, чтобы не нарушать режим основных приемов пищи. Обычно это 1-2 перекуса в день, между завтраком и обедом, и между обедом и ужином;
- **Контролируйте порции:** перекус – это не полноценный прием пищи. Порции должны быть небольшими, чтобы не перебивать аппетит перед следующим основным блюдом.

### Где устраивать перекус?

- **В машине (если едете далеко).** Если предстоит долгая поездка, заранее подготовьте порционные перекусы, которые удобно есть в дороге и которые не испортятся.
- **На детской площадке.** Если вы планируете провести там много времени, небольшой перекус поможет восстановить силы после активных игр.
- **В гостях или на мероприятии.** Если вы знаете, что еда будет не скоро или не подходит для вашего ребенка, возьмите с собой его любимый перекус. Это поможет избежать капризов и голода.
- **Дома** в нетрадиционной обстановке.





## Важные моменты:

- **Наличие воды:** всегда предлагайте воду вместе с перекусом.
- **Гигиена:** не забывайте про влажные салфетки или антисептик для рук.

## Идеальный перекус для дошкольника:

- **Размер:** примерно с детскую ладошку (100–150 ккал).
- **Время:** за 1,5–2 часа до основного приема пищи.



## Примеры полезных перекусов для дошкольника

(если нет противопоказаний):

- фруктовый салат или нарезка (яблоко, груша, банан, киви);
- творог с ягодами или мёдом;
- йогурт без добавок и сахара + горсть ягод;
- цельнозерновой хлебец с кусочком сыра и огурцом;
- овощные палочки (огурец, морковь, сладкий перец);
- запеканка из творога с изюмом (порция 70–80 г);
- кефир или ряженка (150–200 мл) с маленьким цельнозерновым печеньем;
- бутерброд с авокадо и отварной куриной грудкой.

**Главное – сделать перекус приятным моментом, который помогает ребенку поддерживать энергию и хорошее настроение в течение дня!**

Метелева Ж.М., Филиппова М.Г.  
воспитатели  
МАДОУ №66

## Вкусные загадки

Он круглый и красный,  
как глаз светофора.  
Среди овощей нет сочной...  
(Помидора)

Круглое, румяное.  
Я расту на ветке,  
Любят меня взрослые  
И маленькие детки.  
(Яблоко)

На грядке - длинный и зелёный,  
А в бочке - жёлтый и солёный.  
(Огурец)

За кудрявый хохолок  
Лису из норки поволок.  
На ощупь - очень гладкая,  
На вкус - как сахар сладкая!  
(Морковь)

Все о ней боксеры знают,  
С ней удар свой развивают.  
Хоть она и неуклюжа,  
Но на фрукт похожа...  
(Груша)

Полумесяц золотой,  
Будто мёдом налитой.  
Он душистый, мягкий, сладкий,  
А на ощупь - очень гладкий.  
(Банан)

Что за белые крупинки?  
Не зерно и не снежинки.  
Скисло молоко - и в срок  
Получили мы...  
(Творог)

Жидко, а не вода,  
Бело, а не снег.  
Начинается на «К», —  
Пьем продукт из молока.  
(Кефир)





## Как помочь ребенку справиться с весенней усталостью и капризами?



Как ни странно, с приходом весны родители не замечают у детей ожидаемой радости, прилива сил, хорошего настроения. Некоторые папы и мамы строго ругают детей за капризы. Но может быть ребенок совсем не виноват?

### Признаки весенней усталости

Термин «**весенняя усталость**» очень точно описывает состояние, свойственное детям ранней весной.

Ребенок становится сонливым и вялым, быстро устает. Подняться утром с постели становится невыносимо сложно. Ребенку все дается с трудом - снижается работоспособность, ухудшается память, рассеивается внимание. Ребенок страдает от перепадов настроения, становится раздражительным и капризным.

### Причины весенней усталости

- **Весенний авитаминоз.** В холодное время года дети употребляют калорийную пищу, богатую жирами и углеводами, но бедную витаминами и минералами. После продолжительной зимы в организме исчерпан запас полезных веществ, необходимых для поддержания нормальной жизнедеятельности организма.
- **Ослабленный иммунитет.** На протяжении холодного времени года организму ребенка не раз приходилось бороться с инфекционными заболеваниями, которые ослабили его защитные функции.

- **Неустойчивая весенняя погода.** Колебания влажности воздуха, атмосферного давления, температуры. Переменчивость погоды оказывает воздействие на организм ребенка, вызывая ухудшение физического самочувствия и настроения.
- **Дефицит солнечного света.** Длинные зимние ночи и пасмурные дни способствует избыточной выработке гормона сна – мелатонина. Нехватка солнечного света приводит к дефициту гормона хорошего настроения – серотонина.
- **Низкая физическая активность и повышенные интеллектуальные нагрузки.** Зимой и ранней весной дети проводят большую часть времени в помещении – за учебниками или игрушками.

### Как преодолеть весеннюю усталость?

- **Витаминизированное питание.** Вместо «тяжелой» зимней пищи нужно включить в рацион легкие блюда из фруктов, овощей и зелени, каш, нежирного мяса и рыбы. Чем разнообразнее будет весенний стол, тем больше витаминов и минералов усвоится организмом ребенка.
- **Физические нагрузки.** Начинать можно с коротких прогулок в утреннее или дневное время. Постепенно можно увеличивать длительность прогулок и дополнять их подвижными играми или посильными упражнениями (бег, прыжки, велосипедная езда). Физические нагрузки на свежем воздухе бодрят и улучшают настроение.
- **Солнечный свет.** Даже слабые солнечные лучи в пасмурный весенний день обеспечивают выработку необходимого количества гормона серотонина.
- **Сон.** Совершенно логично – чтобы преодолеть весеннюю усталость нужно больше отдыхать. Крепкий сон помогает восстановить силы вялого ребенка.
- **Закаливание.** Контрастный душ, сауна, плавание в бассейне, обтирание или обли-



вание холодной водой – эти процедуры оказывают благоприятное воздействие на нервную систему, повышают устойчивость организма к переохлаждению, бодрят.

## Не забываем про иммунитет

В период ранней весны иммунитет детей особенно уязвим. Чтобы снизить риск простуд и укрепить защитные силы организма, важно соблюдать несколько правил.

### Одежда по погоде

С первым теплом дети часто снимают шапки и расстёгивают куртки, но весенний ветер ещё холодный. Объясните ребёнку, что одеваться нужно по погоде: не перегреваться, но и не переохлаждаться. Особое внимание уделяйте ногам – они должны быть в тепле и сухости. В слякоть пригодятся резиновые сапоги.

### Рацион для иммунитета

Включайте в меню продукты, богатые витамином С: квашеную капусту, цитрусовые, шиповник, смородину. Для защиты от вирусов полезны лук и чеснок. Не забывайте о кисломолочных продуктах – они поддерживают здоровую микрофлору кишечника, что напрямую связано с иммунитетом.

### Гигиена и микроклимат

Регулярно проветривайте комнату, делайте влажную уборку, поддерживайте оптимальную температуру и влажность воздуха. Это снижает концентрацию вирусов и бактерий в помещении.

### Прогулки и отдых

Ежедневные прогулки на свежем воздухе, полноценный сон и активный досуг укрепляют защитные силы организма. Важно чередовать умственные и физические нагрузки, чтобы ребёнок не переутомлялся.

### Закаливание и поддержка

Постепенное закаливание (контрастный душ, обливания ног) помогает организму адаптироваться к перепадам температуры. При отсутствии противопоказаний можно использовать растительные адаптогены (элеутерококк, лимонник, эхинацея, женьшень) и поливитамины с иммунными комплексами.

Соблюдение этих простых рекомендаций поможет ребёнку легче перенести межсезонье и снизить риск простуд.

## Несколько полезных рецептов

Для того, чтобы поддержать иммунитет ребёнка, а также восполнить дефицит витаминов и микроэлементов в организме, можно использовать народные средства. Рецепты приготовления просты и включают несложные ингредиенты, которые можно приобрести в магазине и аптеках по приемлемой цене. Приводим наиболее эффективные и разрешённые к применению у детей рецепты:

- **Отвар шиповника.** стакан высушенных плодов залить литром питьевой воды, прокипятить на медленном огне в течение 10 минут. Настаивать под крышкой отвар в течение получаса. Давать ребёнку по половине стакана, разбавленного теплой водой с мёдом 2 раза в день.
- **Смесь из сухофруктов.** Курагу, грецкие орехи по 1 стакану и 0,5 стакана изюма промыть, обдать кипятком, просушить и перетереть через мясорубку или в блендере. Целый лимон вымыть, протереть цедру, а мякоть с перегородками без косточек измельчить в блендере. Все смешать и залить жидким мёдом. Витаминную смесь давать ребёнку по 1 чайной ложке перед едой дважды в день.
- **Клюквенный сироп.** Свежие или замороженные ягоды промыть, перебрать и обсушить на бумажном полотенце. Залить 1 кг подготовленной клюквы водой, покрывая ягоды. Кипятить на малом огне 20 мин, чтобы вышел сок. Отвар процедить через сито и смешать с 1 кг сахара. Добавлять по 1 столовой ложке в чай или теплую воду 2 раза в день.

Если у ребёнка имеется аллергия на какой-либо из используемых продуктов, то от рецепта лучше отказаться.

Стрелкова Анна Николаевна  
врач



## Консультация на любой случай: возможности консультационных центров

*«От того, как прошло детство, кто вёл ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира - от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш» (В. А. Сухомлинский).*

Одной из важнейших целей государства последних десятилетий является повышение доступности дошкольного образования. Однако есть дети, не посещающие детский сад по ряду причин. Особенно это касается детей раннего возраста от 2 месяцев до 8 лет. В связи с этим у родителей, в частности у молодых матерей и отцов, возникают вопросы о том, как воспитывать своего ребенка.

Выбрав семейную форму образования, перед родителями стоят непростые задачи по формированию у ребенка знаний, умений и компетенции в соответствии с возрастом, по развитию способностей, навыков учебной деятельности, а также формированию личностных качеств, способствующих социализации ребенка.



Сложности родителей в воспитании детей раннего возраста во многом связаны с их недостаточной психолого-педагогической компетентностью. Далеко не все родители способны в полной мере обеспечить дошкольное образование ребенку, поскольку семейное образование выдвигает повышенные требования к личным качествам родителей, к их уровню педагогических знаний, умению и готовности самообучаться и осваивать образовательную программу дошкольного образования. Многие родители компенсируют недостаток знаний по вопросам воспитания и развития своих детей посредством Интернет-ресурсов, методических пособий и литературы, однако более качественную, полную, структурированную

информацию на доступном языке родители могут получить у специалистов, непосредственно взаимодействующих с детьми. **Этим и обусловлена необходимость Консультационного центра.**

**В нашем городе работают на базе 11 детских садов Консультационные пункты, центры. Это детские сады № 29, 73, 53, 24, 90, 87, 40, 68, 70, 71, 63. Главная помощь предоставляется бесплатно.**

А сейчас я хочу познакомить с работой Консультационного центра на базе нашего дошкольного образовательного учреждения № 63. Консультационный центр является одной из форм оказания ранней помощи родителям с детьми дошкольного возраста, не посещающими детский сад, и также для детей дошкольного возраста посещающих детские сады.

Наш консультационный центр работает в соответствии с одним из главных принципов коррекционной педагогики - принципом ранней педагогической помощи, согласно которому раннее выявление и ранняя комплексная коррекция отклонений в развитии с первых лет или даже месяцев жизни ребенка, позволяют предупредить появление дальнейших отклонений в его развитии.

**Цель нашего КЦ:** повышение доступности и качества дошкольного образования через развитие вариативных форм дошкольного образования, обеспечение преемственности семейного и дошкольного (обеспечивающегося государством) обучения и воспитания.

### Основными задачами консультационного центра являются:

- Обеспечение единства и преемственности семейного и дошкольного воспитания;
- Оказание квалифицированной методической, психолого-педагогической, диагностической и консультативной помощи родителям (законным представителям) детей раннего возраста по различным вопросам воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста, не посещающих ДООУ, и также посещающих детский сад. В том числе ранняя диагностика отклонений в развитии.



- Поддержка всестороннего развития личности детей.
- Помощь в социализации детей дошкольного возраста.
- Содействие в преодолении адаптационного периода у будущего воспитанника детского сада.
- Выравнивание стартовых возможностей детей, не посещающих ДОО, при поступлении в школу.
- Диагностика особенностей развития интеллектуальной, эмоциональной и волевой сфер детей.
- Информирование родителей (законных представителей) об учреждениях системы образования, которые оказывают квалифицированную помощь ребёнку в соответствии с его индивидуальными особенностями и образовательными потребностями.

## **Принципы, по которым мы работаем:**

- личностно-ориентированный подход к работе с детьми и родителями (законными представителями);
- сотрудничество субъектов социально-педагогического пространства;
- открытость системы воспитания.

Информация о Консультационном центре представлена на сайте ДОО. Обратиться в Консультационный центр за получением консультативной помощи может любой родитель (законный представитель).



## **Порядок приема специалистами консультационного центра**

Предварительная запись родителей по телефону к специалистам на консультацию адресуется администрации ДОО. Родители сообщают, какая проблема их волнует, и определяют наиболее удобное для них время посещения консультационного центра. Исходя из заявленной тематики, администрация привлекает к проведению консультации того специалиста, который владеет необходимой информацией в полной мере. Контроль осуществляется заведующим ДОО.

Если у родителей (законных представителей) нет возможности посетить наш Консультационный центр, то они могут задать интересующий их вопрос по телефону и наши специалисты предоставят информацию на официальном сайте нашего детского сада.

## **Консультационный центр на базе МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида № 63» включает в себя следующих специалистов:**

Заведующий МБДОУ, старший воспитатель, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, нейропсихологи, педагог-психолог.

Для оказания помощи семье специалисты Консультационного центра могут проводить работу с детьми с целью получения дополнительной информации в форме беседы, проведения диагностического исследования, организации наблюдения за детьми и др.

Консультирование родителей (законных представителей) может проводиться одним или несколькими специалистами одновременно.

Отношение родителей (законных представителей) и специалистов Консультационного центра ДОО строятся на основе сотрудничества и уважения к личности ребёнка.

Для расширения функций консультационного центра организована работа по следующим моделям:

- «Бэби+» - оказание помощи родителям в процессе гармоничного развития ребенка раннего возраста и создания условий для более щадящей адаптации воспитанников к поступлению в ДОО.



- «Онлайн-лекторий для родителей» - обсуждение вопросов по организации развития и воспитания детей.
- «Вместе с мамой» - цикл комплексных развивающих занятий родителей с детьми (пальчиковые игры, подвижные игры, творческие продуктивные занятия, физкультурные упражнения, сенсорное воспитание).
- «Особый ребёнок» - занятия с детьми-инвалидами и детьми с особыми образовательными потребностями в возрасте от 2 до 8 лет.
- «Индивидуальное консультирование» - консультирование родителей по вопросам воспитания и развития детей.
- «Психопрофилактика, психодиагностика и психокоррекция» - создание комфортных, благоприятных условий для гармоничного становления личности воспитанника, обеспечения его эмоционального благополучия, полноценной реализации индивидуального пути развития.



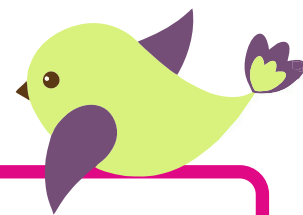
Таким образом, родители и законные представители могут получать квалифицированную консультацию от администрации и специалистов дошкольного учреждения по всем интересующим вопросам. Сегодня уже почти каждое образовательное учреждение имеет в открытом информационном пространстве свое собственное «интернет-представительство». Наше учреждение не стало исключением. Функционирование официального сайта позволяет сформировать единое сообщество пе-

дагогов и родителей, создать условия для творческой самореализации педагогов учреждения, популяризировать достижения педагогов и детей, повысить информационную компетентность педагогического сообщества системы дошкольного образования.



Первая встреча с семьей не всегда бывает последней. После получения ответа на один вопрос у родителей, как правило, возникает потребность во второй и третьей встречах. Поэтому основная задача деятельности специалистов консультационного пункта заключалась не только и не столько в предоставлении родителям готовых рецептов по любой проблематике, но и в умении пробудить и поддержать у них интерес к совместной деятельности со своим ребенком, в формировании практических навыков и получении современной, достоверной, исчерпывающей психолого-педагогической информации.

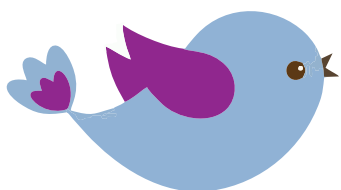
Трачковская О.Г.  
заведующий  
МБДОУ № 63



Есть девочка, которая просто  
обожает рисовать.  
Её зовут Васюкова Ева -  
воспитанница детского сада №35.  
Ей 5 лет.



Васюкова Ева  
8 группа



А ВЫ ЗНАЕТЕ,  
ЧТО ЗДЕСЬ  
МОЖЕТ БЫТЬ  
  
ВАША  
РЕКЛАМА  
?

## ФУТБОЛЬНАЯ ШКОЛА ФУТБОЛЕВА

ПРИГЛАШАЕТ МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК С 3 ЛЕТ  
НА УВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ ПО  
ФУТБОЛУ!



- ЗАНЯТИЯ ПРОХОДЯТ В ДЕТСКОМ САДУ!!!
- ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ И ЗАБОТЛИВЫЕ ТРЕНЕРЫ;
- ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ РЕБЕНКУ;
- ДАЛЬНЕЙШИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПЕРСПЕКТИВЫ;
- ФУТБОЛ РАЗВИВАЕТ ЗДОРОВЬЕ ВАШЕГО РЕБЕНКА И ПРИВЛИКАЕТ ИНТЕРЕС К СПОРТУ!

Занятия проходят небольшими группами 2 раза в неделю

СТОИМОСТЬ  
ЗАНЯТИЯ  
310 РУБЛЕЙ  
  
ПРОБНОЕ  
ЗАНЯТИЕ  
БЕСПЛАТНО



ПОДРОБНАЯ  
ИНФОРМАЦИЯ,  
НОВОСТИ ШКОЛЫ,  
ФОТО И ВИДЕО  
В НАШЕЙ ГРУППЕ ВК

89128728258  
ДАНИИЛ ВЛАДИМИРОВИЧ  
89828337753  
АЛЕКСЕЙ АНДРЕЕВИЧ

## КОМПЛЕКСНАЯ ГИМНАСТИКА

для детей

ОТ 3-Х ЛЕТ

Тренировки проходят небольшими  
группами в детском саду

2 РАЗА В НЕДЕЛЮ

Стоимость одного занятия

310р

Пробное занятие

БЕСПЛАТНО

ЛФК

Элементы спортивной гимнастики

Элементы художественной гимнастики

- ✓ Формирование осанки
- ✓ Укрепление мышечного корсета
- ✓ Развитие дыхательной и сердечно-сосудистой системы

89128728258  
ДАНИИЛ ВЛАДИМИРОВИЧ

89828337753  
АЛЕКСЕЙ АНДРЕЕВИЧ

ПО ВСЕМ  
ВОПРОСАМ  
РАЗМЕЩЕНИЯ  
РЕКЛАМЫ  
ОБРАЩАЙТЕСЬ



8 927 454 40 14