

Что видит
новорождённый?.....с. 8
Наказание
искусством.....с. 14



Родная речь



Акция

Ой, Мамошки!



лечу.Э сеть медицинских
центров

Вы беременны? Поздравляем!

Консультация врача
по ведению беременности

за 1 руб.

Подробнее по тел.: 8 (495) 642 62 63 или на сайте www.lechy.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА (СПЕЦИАЛИСТА)



ТАЙНЫЙ РОМАН

Я немного завидовал своему приятелю Мишке. В его семье были традиции: домашние концерты, чтение вслух, а к Новому году даже выходила стенгазета. И вот прихожу я к нему в гости, и как раз к вечернему чаю и чтению вслух. Мишкин папа берёт в руки томик Горького, и вдруг приятель мой начинает проявлять сильнейшее беспокойство. «Пап, ну давай Гоголя или, на худой конец, Пушкина читаем», — просит он. «Ну почему? — удивляется Мишин папа. — Горький — прекрасный писатель». «Пап, ну мы его и так в школе проходим», — нервничает Мишка. «Тем более, обсудим вместе», — не уступает папа. Открывает книгу, открывает рот, но ничего не произносит и рот закрывает. Начинает читать про себя и почему-то всё больше краснеет. Мишка вообще сидит какой-то багровый, моргает глазами и всё время порывается куда-то уйти. Папа читает с интересом, изредка слегка улыбаясь. Кажется, он увлётся. Томительная пауза. Наконец папа протягивает Мишке томик Горького и говорит: «Написано, конечно, неплохо, но вряд ли этот роман включён в школьную программу». На этом семейное чтение закончилось. Мишка почему-то потащил меня провожать и на улице говорит: «Зачем я только засунул «Анжелику и король» в обложку от Горького?» Темой следующего семейного чтения был Шекспир — «Ромео и Джульетта».

Искренне ваш,
Анатолий ХАВКИН

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

БЛОХИН Б.М.

доктор медицинских наук, профессор,

БЕЗРУКИХ М.М.

доктор биологических наук,
профессор, директор Института
возрастной физиологии РАО

РЕАН А.А.

член-корреспондент РАО, доктор
педагогических наук, профессор

КРАВЦОВА Е.Е.

доктор психологических наук,
профессор

КЕШИШЯН Е.С.

доктор медицинских наук, профессор

КОНЬ И.Я.

доктор медицинских наук, профессор

КУТУЗОВ А.Г.

доктор педагогических наук, профессор

СОНЬКИН В.Д.

доктор биологических наук, профессор

УВАРОВА Е.В.

доктор медицинских наук, профессор

4

Тема номера

4 Великий и могучий

8

Здравствуй, это я!

8 Что видит новорождённый?

10

Я расту

10 Вместе с мамой

14

Дошколёнок

14 Наказание искусством

18 Музыка. Начало пути

20

Я — школьник

20 Мой дом — моя крепость

24 Как преодолеть застенчивость
и наладить отношения
со сверстниками?

26

Наши консультации

26 Шустрые пальчики

30

Наша галерея

30 За синей птицей

Отпечатано офсетным способом в АО «ПК «Экстра М»,
143405, Россия, Московская область, Красногорский район,
г. Красногорск, дорога Балтия, 23 км, владение 1, дом 1.
Тип. № 17-12-00143

Зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор)
Свидетельство о регистрации ПИ № ФС 77-62985 от 04.09.2015 г.
Тип. 140 000 экз. Подписано в печать 12.12.2017

РЕДАКЦИЯ:

Главный редактор — Анатолий ХАВКИН,
доктор медицинских наук, профессор
Зам. главного редактора — Анна ГОРОВАЯ
Главный художник — Ярослав СМАГИН
Иллюстратор — Павел ЗАРОСЛОВ
Директор по рекламе — Олег РУДЕНКОВ
Верстка — Альбина ОСОКИНА
Корректор — Татьяна САМАРЦЕВА

Учредитель — Фонд «Фонд Социальной Педиатрии»

Адрес редакции: 127412, Москва, ул. Талдомская, д. 2,
тел. (499) 714 72 01, e-mail: mamapapaja@mail.ru

За содержание рекламных материалов ответственность несёт рекламодатель.
Распространяется бесплатно.



Рис. Павла Зарослова

Странно видеть, что ребёнок, которого без перерыва развивают и образуют, понятия не имеет об элементарных правилах поведения. Чего не доложили в богатое меню семейного воспитания? Что бы мы ни пытались донести любимому чаду на словах — оно всё равно будет поступать так, как мы.

ВЕЛИКИЙ И МОГУЧИЙ

Лондон, Париж, гувернантки, музеи, танцы, музыка... И вот «накачанное», налитанное чадо скажет: «И чо мы сюда припёрлись...»

Может, в «консерватории» что-то не то?

Основа культуры — уважение. Культурный человек уважает других, знает историю своей страны и народные традиции. Но есть ещё один «маркер» культурного человека — его отношение к родному языку. Оно выражается в том, что и как человек говорит.

Сегодня интернет-форумы пестрят нестандартными словечками, и пользователи сети всё больше говорят друг с другом на новом сленге. Постепенно он переходит и на общение по СМС, и даже на деловую переписку. Эффект заражения захватывает всё новые социальные и профессиональные слои, в уничтожение грамотного

русского языка вносят свой вклад и средства массовой информации, и производители рекламы.

Среди специалистов существует две полярные позиции: одни считают, что упрощение разговорного языка — это нормальный этап его эволюции; другие — что хаотичное «эволюционирование» обедняет нацию,

что потеря языка сродни потере национальной идентификации.

Скорее всего, истина где-то посередине, а обращение с родным языком — неотъемлемая часть воспитания.

■ Визитная карточка

Любое сообщество имеет свои отличительные признаки. Например, военные носят форму, учёные говорят на особом (научном) языке. Принадлежность человека к определённому социальному статусу можно определить по его речи. Жаргон или специфические термины, манера общаться беспощадно обнаружат уровень образования и этические принципы. От того, как человек говорит, зависит, примут ли его в то или иное сообщество.

Окружение быстро опознаёт «своего» или «чужого», ведь речь больше расскажет о человеке, чем одежда или поведение.

Многие родители наверняка задумываются о том, какое общество они хотели для своего ребёнка. Вот почему они должны позаботиться о том, чтобы речь малыша соответствовала нормам предпочитаемой социальной группы. Не зря же детей дворян учили не только «дресс-коду» своего сословия, но и соответствующему языку.

Времена универсального образования постепенно проходят. Уже нет общей идеологии, разделяемой большинством. Семья всё чаще вступает в конфликт со средой, и родителям очень важно научить ребёнка своевременно ставить «фильтры». «Фильтры» — это своеобразные флажки, по которым ребёнок может понять: «здесь что-то не так!». Они ограничивают норму и не-норму, помогают вовремя сориентироваться: я встретился с чем-то (кем-то) «чуждым». А поскольку

процесс знакомства начинается с языка, то именно он и выступает первым сигналом, «измеряющим» уровень культуры.

цензурные слова, обеспокоенные родители попытаются пресечь это. Но если он скажет: «Я крутой!», «Супер!», «Папа

От того, как человек говорит, зависит мера его принятия в то или иное сообщество.

С развитием информационных технологий дети всё раньше оказываются на социальном поле. Они находят «группы по интересам» и начинают самостоятельно формировать свою траекторию жизни. Занятые мамы и папы порой с удивлением обнаруживают, что новые друзья их детей далеки от понятия «культурные люди» и их ценности идут вразрез с ценностями семьи. Эту тенденцию иллюстрируют многочисленные истории, в которых «дети из благополучных семей» совершают акты насилия, вандализма или вандализма.

■ Молчит, за умного сойдёт

Приобщение к ценностям начинается с уважения к языку, на котором говорит нация. Когда маленький человек произносит первые слова, вся семья радуется новому этапу его развития, она обретает новую форму связи с ним, помогает более точно выразить свои мысли и чувства. Со временем ребёнок начинает прислушиваться к тому, что говорят по телевизору или на улице, и его словарный запас «обогащается» жаргонными словечками. Конечно, если малыш произносит

жжёт!» — то вызовет умиление. Взрослым кажется, что когда-нибудь потом чадо вмиг станет культурным и образованным, а не подростком, который спокойно матерится на улице, или мычащим студентом, не способным подобрать слова для выражения своих мыслей.

А ведь бедность мышления напрямую связана с бедностью языка и наоборот. Связь мышления и речи доказана давно: большой словарный запас и регулярная практика говорения существенно расширяет возможности развития нейрокогнитивных связей. Кроме того, большой словарный запас помогает человеку выражать не только мысли, но и чувства. А

Со временем ребёнок начинает прислушиваться к тому, что говорят по телевизору или на улице, и его словарный запас «обогащается» жаргонными словечками



умение выразить чувства позволяет установить более глубокие связи с другими людьми и снизить риск одиночества.

■ Краткость – сестра таланта

Причина обеднения семейно-языковой среды в том, что у самих взрослых мало возможностей пополнения своего словарного запаса. Динамичность жизни и огромные потоки информации вынуждают минимизировать тексты, использовать пиктограммы и инструкции, переходить на сокращение привычных слов: «спс» (спасибо), «пж» (пожалуйста), «ок» (хорошо, да, согласен, договорились), «+» (присоединяюсь), «+100500» (очень сильно согласен) и другие. Но эти сокращения хороши для тех людей, которые знают и другой язык – родной, и которые понимают некую условность используемых «облегчённых» слов.


Но ребёнок-то другого языка не знает! Он растёт в «условно-облегчённой» языковой среде и принимает за норму именно этот язык, именно эти нормы этики, именно этот способ коммуникации. Вот и получается: дети, живущие в мире с разнообразными возможностями, лишены самого главного инструмента познания – нормального языка. И если сегодня не постараться вернуть наших детей к нашему языку, мы (как по-

коления) можем не только перестать понимать друг друга, но и рискуем лишиться новых людей огромного культурного пласта, созданного нашими предками.

■ Без сантиментов

Уже сегодня школьники не в состоянии прочесть Достоевского или Толстого («длинное предложение», «долгое развитие событий», «лишнее описание природы») или выучить лирическое стихотворение. А ведь культурные ресурсы – это ещё и некий «эмоциональный клапан», который помогает молодым людям пережить первую любовь, первое разочарование, первые неудачи. Раньше влюблённые выражали себя через стихи или серенады. Огромное количество литературных шедевров появилось благодаря неразделённой любви или горечи личной по-

тери. Предыдущие поколения писали любовные письма и дневники, которые служили своеобразным психотерапевтическим инструментом облегчения душевной боли. Сегодняшние подростки ставят грустные смайлики или просто прыгают с высоток. Переживать чувства – это «слишком длинно». Поколение, привыкшее к визуальной стимуляции, к избыточности внешних раздражителей, не знает, что им делать со своим внутренним миром. Им сложно выразить себя и понять ценность сильных чувств, а ещё сложнее – понять чувства другого человека. Программка, позволяющая распознать эти чувства, у них не заложена. С опытом переживания этих чувств, описанных в великих литературных произведениях, они так и не смогли познакомиться, ведь он изложен на непонятном им языке.



Уже сегодня школьники не в состоянии прочесть Достоевского или Толстого – слишком длинно

■ Что можно предпринять родителям?

• **Расширять словарный запас ребёнка.** Если ваш малыш говорит: «У меня классная машина!», спросите его: «А как ещё можно сказать?» (Например – «красивая», «быстрая», «маневренная».) Не беда, что какие-то слова ребёнок не сможет понять. Вам именно это и нужно! Объясните значение слова, приведите примеры его употребления, попросите сконструировать предложение с новым словом.

Предлагая синонимизировать слова, вы убиваете двух зайцев: не только расширяете словарный запас (свой и ребёнка), но

Счастливые!

Люди, имеющие детей, чаще испытывают ощущение счастья и полноты жизни, чем бездетные. Так утверждают американские учёные из Университета Риверсайд, Университета Британской Колумбии и Стэнфордского Университета, проведшие опрос среди сотен соотечественников. Кроме того, родители, по их собственному признанию, чувствуют себя более счастливыми в то время, когда они заботятся о своих детях, чем когда занимаются другими делами. «Родительство нерасторжимо со счастьем и смыслом жизни, это фундаментальная человеческая потребность», – подчёркивают авторы исследования. По наблюдениям учёных, мужчины-отцы значительно чаще говорят об испытанном ими ощущении счастья, о позитивных эмоциях и об обретённом смысле жизни, чем бездетные мужчины. В ходе опроса исследователи установили некоторые закономерности: ощутить радость родительства во всей полноте мешает чувство гиперответственности и... количество домашней работы. А что прибавляет счастья? Родительский опыт и семейный стаж. По наблюдениям учёных, ответы очень молодых родителей и родителей-одиночек были не столь оптимистичны, чем ответы тех, кто долго состоял в браке и имел взрослых детей.

и помогаете формировать новые нейронные связи, ведь поисковая деятельность (найти нужное слово на замену) развивает быстроту когнитивных реакций. Дети, способные быстро подобрать слова, более уверенно чувствуют себя во время публичных выступлений или ответов на уроке.

• **Помогать определять (называть) чувства.** Если ребёнок испытывает эмоциональный всплеск, помогите ему подобрать нужное определение, чтобы вы-

«Заговори, чтобы я тебя увидел!»

Сократ



Поколение, привыкшее к визуальной стимуляции, к избыточности внешних раздражителей, не знает, что им делать со своим внутренним миром.

разить то, что он чувствует в данный момент. Как показывает мой консультационный опыт, даже многие взрослые люди с трудом перечисляют навскидку 10 чувств. Кстати, называние чувств и описание своих состояний особенно необходимо мальчикам. Они, как правило, реже занимаются «самокопанием», а потому в коммуникации с другими людьми им труднее разобратся в отношениях. Кроме того, именно бедный словарный запас может создать им проблемы во взаимодействии: неточное выражение своих мыслей или состояний усугубляет конфликты.

• **Выбирать фильмы и музыку высокого художественного качества.** К сожалению, современные дети часто смотрят низкосортные мультфильмы или видеоролики, автоматически впитывая убогость этой «суб-

культуры». Отчасти это происходит потому, что лингвистическая или педагогическая экспертиза для детской видеопродукции в нашей стране не является обязательной. Поэтому родителям нужно позаботиться о том, чтобы дети слышали красивую речь и видели хорошие манеры. Основной механизм освоения культуры в детском возрасте – подражание.

Дорогие родители, эти рекомендации не потребуют больших финансовых или временных затрат, но они очень эффективны. Не каждый может купить дорогую игрушку или дальше путешествовать, но каждый является носителем родного языка, и поэтому может показать его красоту и *передать как дар* своему ребёнку.

Ирина ПИСАРЕНКО,
кандидат педагогических наук

Что видит новорождённый?



Чтобы ответить на этот вопрос, внимательно понаблюдаем за крохой. Уже в первые недели жизни можно заметить, что ребёнок, совсем ненадолго, останавливает взгляд на заинтересовавших его предметах. Нередко — это игрушки, которые подносит мама. Если оставит объект в поле зрения младенца по крайней мере на 30 секунд, ребёнок обнаруживает его взглядом, а начиная с двух с половиной месяцев взрослые уже с уверенностью отмечают, что он узнаёт их. Ребёнок сосредоточивает взгляд на лице, улыбается, начинает активнее двигаться, издаёт «приветственные» звуки. Эти проявления связаны с так называемым «комплексом оживления», который, по мнению психологов, знаменует переход от новорождённости к стадии младенчества. В последующем развитии у ребёнка появится избирательная реакция на лица разных взрослых, он научится реагировать на разные выражения лица родителей.

Таким образом, ежедневные наблюдения за новорождённым показывают, что способность видеть мир претерпевает изменения.

Конечно, выведать у малыша, что он видит, не так-то просто. Учёные специально придумывают эксперименты, чтобы вы-

яснить, каким видит мир новорождённый.

При изучении детей в возрасте от 1 до 15 недель им показывали попарно рисунки разных форм и измеряли время фиксации взгляда. Оказалось, что наибольшее внимание привлекали изображения сложной формы. Например, концентрические окружности и полосатый квадрат. Учёные сделали вывод: ребёнок рождается с predisположенностью воспринимать форму, а изображения сложной формы больше привлекают его внимание.

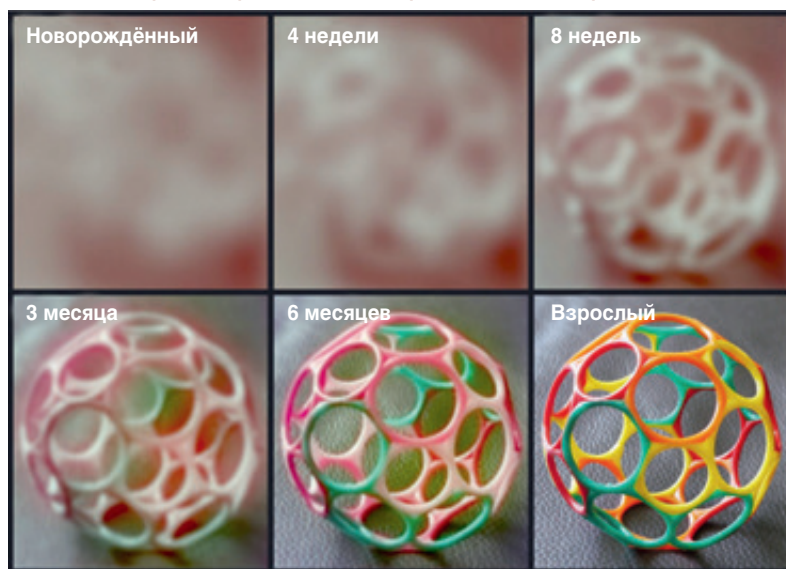
В возрасте двух месяцев меняется предпочтение: вместо рисунков с горизонтальными полосами ребёнок начинает дольше фокусироваться на рисунках с концентрическими кругами. Более того, человеческое лицо вызывает больший интерес новорождённого, чем другие изображения той же сложности и такой же площади окрашенной поверхности.

Детям в возрасте от 14 дней до 6 месяцев показывали попарно в разных комбинациях три изображения: стилизованное изображение человеческого лица, элементы такого же лица, разбросанные в беспорядке, фигуру с частично закрашенной верхней частью. Во всех возрастах отмечалось предпочтение «настоящего» лица другим фигурам.

Дорогие мамы и папы, эти эксперименты доказывают: младенец любит смотреть на ваше лицо гораздо больше, чем на другие предметы. Когда вы разговариваете с новорождённым, улыбаетесь ему, поете, разговариваете — это не напрасный труд. Малышу это помогает развиваться быстрее, причём и физически, и психически! Ведь природа наградила новорождённого способностью как можно скорее увидеть, узнавать и общаться с вами!

Наталья АМЯГА,
кандидат психологических наук

Развитие зрения ребёнка на протяжении первых 6 месяцев



Нелегко найти занятия, интересные для людей всех возрастов. Приводим описание некоторых игр, проходящих с большим успехом.

■ **«Живой рассказик»**

В игре могут участвовать от 5 до 15 человек. Приготовьте бумажки, на которых написаны имена персонажей, а также предметы и явления, упомянутые в каком-нибудь всем известном стихотворении. Например, пролог к поэме Пушкина «Руслан и Людмила»: «У лукоморья дуб зелёный...» Значит, на бумажках пишем: «Дуб», «Кот», «Русалка», «Баба-Яга». Ведущий говорит: «Сейчас каждый получит бумажку, на которой написано какое-то имя или слово, обозначающее некий предмет. Это роль, которую вы будете играть. Я буду читать стихотворение, а ваша за-

дача — услышав «своё» слово, изобразить то, что оно обозначает».

■ **«Загадочные буквы»**

Задание: «писать» на спине друг у друга буквы русского алфавита. Тот, на чьей спине пишут, должен угадать, какая это буква. «Писать» можно и цифры, для усложнения игры используются двух- и трёхзначные числа.

■ **«Недорожный знак»**

Ведущий объясняет задачу: «Вы все видели дорожные знаки, запрещающие что-либо делать или предупреждающие о чём-то. Сейчас вы получите карточки, на которых написано какое-то предупреждение. Вам нужно будет придумать «недорожный» знак, и чтобы всем было понятно, о чём он предупреждает». Примеры заданий: «Осторожно: глухие старушки», «Осторожно:

жидкий асфальт», «Осторожно: злые пчёлы».

■ **«Модельеры»**

Для игры понадобятся газеты, скотч, ножницы. Участники объединяются в небольшие команды (по 3—4 человека). Задание: «Сейчас мы устроим показ мод. Вы — модельеры, которым надо создать какой-то костюм из газеты. Выберите, кто будет «топ-моделью», и «шейте» ваш костюм прямо на нём». После того, как все закончат, устраивается «дефиле».

В одном из советских мультфильмов про Мартышку и Удава прозвучала важная мысль: «Новый год просто так не приходит. Его надо встречать!» Лучше и не скажем. С наступающим!

Елена КРАВЦОВА,
психолог



Центр эстетического воспитания детей

www.zolotoypetushok.com

ЗОЛОТОЙ ПЕТУШОК

приглашает детей 3 - 7 лет

пройти комплексный курс эстетического развития



Ваш ребенок талантлив!

Центр развития «Золотой Петушок» предлагает уроки:

- вокал • ИЗО • танцы
- инструментальный ансамбль
- актерское мастерство

уникальные
• игровые программы

первое занятие в ПОДАРОК!

сопровождение живой музыки

+7 (495) 625-51-49; +7(495) 628-65-77; Подсосенский пер., 18/5, стр. 1



поцелуи, объятия, поглаживания.

Предлагаем игры на развитие эмоциональных отношений матери и ребёнка для детей с рождения до года.

«Переодевалки – оде-валки»

Переодевая малышка, целуйте малышу части тела, приговаривая:

*Мы в горode родились
И на славу удались:
Ножки будто калачи,
Щёчки будто кумачи.
В ручках прянички,
В щёчках яблочки,
Глазки-звёздочки,
Губки-розочки.*

«Зубастый крокодил»

Положите малыша на спину. Ваша ладошка — это пасть крокодила. Поздоровайтесь с ребёнком от имени «крокодила» (раскрывайте и закрывайте ладошку). А потом скажите: «Крокодил, крокодил, (имя ребёнка) ручку (ножку, и т.д.) откусил».

«Высоко потолок»

Возьмите малыша под грудь и живот и осторожно приподнимайте вверх, опускайте, приговаривая:

*Раз – подскок!
Два – подскок!
Высоко потолок!
Я скачу, я лечу,
Стать высоким хочу!*

«Птичка»

Возьмите руку ребёнка в свою и хлопайте ею по вашей раскрытой ладони, приговаривая:

*Села птичка на ладошку,
Посиди у нас немножко.
Посиди не улетай.
Улетела птичка, ай!*

Для детей после года:

Игры на коленях для создания эмоционально-тактильного взаимодействия родителя и ре-

ВМЕСТЕ С МАМОЙ

Раннее детство – период интенсивного развития эмоциональной сферы ребёнка. В возрасте до трёх лет дети искренне радуются, обижаются, сердятся. У них высокая потребность в эмоциональном контакте с родителями, в том, чтобы чувствовать их любовь.

Однако современный темп жизни приводит к большой загруженности родителей, и времени на эмоциональный контакт с ребёнком становится всё меньше. Но именно близость малыша с мамой оказывает влияние на его дальнейшее интеллектуальное, физическое и эмоциональное развитие.

В период до года мама удовлетворяет все потребности ребёнка, так как он абсолютно беспомощен без неё. После года роль мамы меняется, кроха начинает понемногу от-

даляться от неё. Однако ему всё равно важно чувствовать её любовь и поддержку. В этот период необходимо общаться с ребёнком, объяснять правила поведения, например, почему нельзя отбирать игрушки. Так ребёнок не только учится общаться со сверстниками и понимает правила поведения в обществе, но и чувствует заботу мамы, которая не просто говорит ему «нет», «нельзя», а объясняет, как надо. В период после года для детей так же важны тактильные ощущения от взаимодействия с мамой — её

бёнка. Эти игры нравятся и малышам, и родителям.

«Тушки-тутушки»

Мама кладут себе на колени подушку, сажают на неё ребёнка. В соответствии с текстом ритмично поднимают колени, затем подушку наклоняют, ребёнок плавно съезжает с подушкой, возвращают подушку на колени.

*Тушки-тутушки
Сидели на подушке.
Пришли подружки,
Столкнули с подушки.
Мы с подушки – ух!
На подушку – плюх!*

«Ехал пан»

Ребенок сидит на коленях у мамы, мама ритмично поднимает и опускает колени, постепенно увеличивая темп. На последних словах мама раздвигает колени

и опускает ребёнка на пол между ног.

*Ехал пан, ехал пан,
Шагом, шагом, шагом, шагом,
Ехал пан, ехал пан
Рысью, рысью, рысью, рысью.
Ехал пан, ехал пан
Махом, махом, махом, махом,
В ямку бух!*

«Поймай ручку»

Ребёнок сидит лицом к взрослому и кладёт свои ладони на его ладони. Затем взрослый старается быстро накрыть своей рукой руку малыша (поймать). Задача ребёнка – не дать взрослому поймать свою руку, отдернув её.

В конце всех игр можно провести небольшой игровой массаж для снятия эмоционального и телесного напряжения у малыша.

Екатерина ГЛАДКОВА,
педагог

К сведению

Какие куклы нравились девочкам 100 лет назад? Педагог К.Н. Корнилов опросил некогда более ста учениц московских женских гимназий. И вот какой собирательный образ куклы-мечты у него получился: это блондинка «с длинными вьющимися волосами, которые можно расчёсывать», «с красивым цветом лица», «с большими голубыми закрывающимися глазами, с длинными ресницами», «с небольшим носиком, пухленькими щёчками, с аленьким чуть полукрытым ротиком, с мелкими жемчужными зубками», с подвижной головой, с ручками и ножками, на которых обозначены пальчики, говорящая, одетая «в светлое платье». Девочки 12-13 лет и даже более старшего возраста признавались, что продолжают играть в куклы – иногда тайком, чтобы не узнали сверстники, и чаще всего урывками, между занятиями в гимназии и домашними уроками.

Здравствуйте, у сына астигматизм, назначили очки и лечение, а зачем лечить, если астигматизм не лечится? И непонятно, он плохо видит вблизи или вдаль?
Анастасия, г. Москва.



Эксперт,
детский офтальмолог
КУДРЯШОВА
Елена Александровна,
заведующая отделением
детской глазной клиники
«Ясный взор»

Здравствуйте! При астигматизме ребёнок плохо видит предметы, расположенные как вдаль, так и вблизи. Дело в том, что при астигматизме лучи света, поступающие в глаз, как бы расщепляются, и в глазу одновременно существует два фокуса, а на сетчатке при этом изображение получается размытым.

Чтобы чётко видеть и не допустить развития амблиопии, которая часто развивается на фоне астигматизма, ребёнку нужно вовремя и правильно подобрать очки.

Многие виды астигматизма консервативно не лечатся. Это врождённое состояние, избавиться от которого можно только

с помощью лазерной коррекции зрения.

Но при степени астигматизма до 2,5 диоптрий мы умеем это полностью компенсировать без хирургического вмешательства. Мы разобрались, почему бывает понятие некорректируемый астигматизм. При данном заболевании снижение зрения носит специфический характер, так как у глаз два фокуса и зрение снижается неодинаково. После этого мы разработали методику избирательного зрения в том месте зрительной системы, которая связана с плохим фокусом. И эта методика приводит к очень быстрому восстановлению зрения.

Курсы терапевтического лечения позволяют нам «натренировать» глаза преодолевать астигматизм, то есть видеть чётко несмотря на астигматизм и не быть привязанным к очкам. Многим детям удаётся вовсе избавиться от очков при невысоких степенях астигматизма.

ВАЖНЫЕ КАШИ

На правах рекламы



Современные специалисты по детскому питанию пришли к выводу, что при полноценном грудном вскармливании малышу до четырёх-шести месяцев не требуется никакого дополнительного прикорма.

Первый прикорм вводится ближе ко второму полугодию жизни карапуза, обычно в промежутке между четырьмя-шестью месяцами. Если у малыша нет проблем с избыточным весом, первым может стать зерновой прикорм в виде каш, которые являются отличным источником углеводов, а следовательно — энергии для роста, растительного белка, витаминов, минералов, пищевых волокон для полноценного и гармоничного развития.

Педиатры рекомендуют к использованию каши только промышленного производства, которые имеют безусловные преимущества по сравнению с кашами домашнего приготовления: гарантированный состав и степень измельчения, гарантированные микробиологическую и химиче-

скую безопасность. Детские каши промышленного выпуска дополнительно обогащены витаминами и минералами, содержание которых в злаках при приготовлении каш домашнего приготовления значительно снижается.

В качестве первых продуктов к использованию рекомендуются безмолочные каши, не содержащие глютен (рис, гречка, чуть позже — кукуруза). Первую кашу можно развести грудным молоком или детской водой, что обеспечит плавный переход от грудного вскармливания к взрослому столу. Первый зерновой прикорм должен быть однокомпонентным, без сахара, соли и других специй, без консервантов, ароматизаторов и ГМО. Для минимизации риска развития аллергии обращайтесь внимание на те продукты, низкая

аллергенность и безопасность которых подтверждена в ходе серьёзных научных/клинических исследований.

Для последующего знакомства используются молочные каши, приготовленные из других злаков с различными фруктово-овощными добавками.

Примером каш промышленного производства являются каши «ФрутоНяня», выпускаемые на заводе АО «ПРОГРЕСС», Россия. Среди них выделяют несколько категорий: сухие, густые и жидкие молочные. Гипоаллергенные сухие безмолочные каши «ФрутоНяня» идеально подходят для первого прикорма. Однокомпонентные гипоаллергенные сухие каши «ФрутоНяня» рисовая и гречневая изготовлены по специальной технологии из отборного сырья. При производстве фруктово-молочных сухих каш «ФрутоНяня» используются только натуральные фруктовые, ягодные и овощные пюре (а не сухие порошки и вкусовые добавки), поэтому каши сохраняют высокие органолептические свойства. Все молочные и фруктово-молочные каши «ФрутоНяня» обогащены инулином, который способствует комфортному пищеварению.

Все сухие каши «ФрутоНяня» являются дополнительным источником 12 витаминов: А, Е, С, D₃, В₁, В₂, В₆, В₁₂, фолиевой кислоты, пантотеновой кислоты, РР, биотина минералов: Fe (железа), Zn (цинка), I (йода). Витаминно-минеральный комплекс в сухие каши «ФрутоНяня» добавляется на этапе сухого смешивания и не подвергается термической обработке. Гипоаллергенные сухие каши «ФрутоНяня» прошли клиническое исследование в НИЦЗД РАМН (2011 г.), которое научно доказало их низкую иммуногенность.

Три причины есть



Каша ФрутоНяня – это тройная польза



ЗЛАКИ
для энергии



ПРЕБИОТИК
для комфортного
пищеварения



**ВИТАМИНЫ
И МИНЕРАЛЬНЫЕ
ВЕЩЕСТВА**
для гармоничного развития

Реклама

Каша из овсяной муки молочная с бананом и яблоком быстрорастворимая, обогащенная пребиотиками, витаминами и минеральными веществами «ФрутоНяня» для питания детей с 6 мес. Необходима консультация специалиста. Идеальным питанием для ребенка раннего возраста является грудное молоко.

— Бабушка, ну можно мне хотя бы сегодня с ребятами поиграть?

— Нет!!! Ты забыла, что у тебя сольфеджио?!

*Из разговора
в школьном дворе*

Рис. Павла Зарослова



НАКАЗАНИЕ ИСКУССТВОМ

Сколько детей с отвращением разучивают гаммы, тратят долгие часы на отработку разных па... Наградой послужат гордость и умиление родителей на показательном концерте, а также призрак будущей славы. И неважно, что цена, заплаченная за причастность к искусству, — «недогулянное», «недоигранное» детство, трудности с общением, отсутствие друзей, затаённая обида на родителей и тихая ненависть к этому самому искусству.

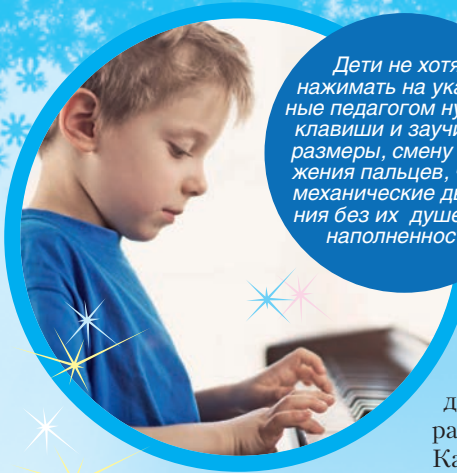
От ребёнка, конечно, ожидают блестящих успехов, а от педагога — кратчайших сроков их достижений. Чем быстрее ученик начинает блистать, тем эффективнее педагог, выше его гонорары и длиннее очередь желающих. Какими методами достигается результат, волнует не

многих. Вот и получается парадокс: искусство, призванное исцелять, превращается в наказание, нанося душевные травмы, которые могут остаться на всю жизнь.

Кто виноват? Как это ни печально, на переднем крае — родители, желающие своему чаду только добра. Затем подклю-

чаются педагоги, усердно вбивающие любовь к прекрасному с молчаливого согласия близких. Это происходит, потому что к занятиям побуждает нередко не внутреннее стремление, а железная воля и амбиции старших.

Природа заложила в человеке неистребимую тягу к прекрас-



Дети не хотят нажимать на указанные педагогом нужные клавиши и заучивать размеры, смену положения пальцев, чисто механические движения без их душевной наполненности

ному (сказки, потешки, загадки, декоративно-прикладное искусство, народные песни, ча-стушки).

Познакомьте ребёнка с основами культуры и, говоря например о музыке, покажите её силу: музыка способна развеселить, облегчить тяжёлый труд. Недаром во время сенокоса, других сельскохозяйственных работ было принято петь песни. Какой сильный отпечаток оставляет звучание органа в храме, опера или балет.

возникает единый образ, многократно усиливая впечатление от произведения.

Помните у Корнея Чуковского в книге «От двух до пяти»: «Рисует цветы, а вокруг три десятка точек. — Что это? Мухи? — Нет, запах от цветов». Видите, как многообразен ребёнок в художественном творчестве. Он стремится передать не только форму, но ощущение от того, что он изображает. Эта способность человека называется межсенсорное восприятие окружающего мира. Поэтому так важно в обучении искусству опираться на эмоционально-чув-

ному — неважно, в качестве исполнителя или зрителя. Вот с неё и надо начинать. Научите ребёнка наслаждаться искусством.

Только человеку дана способность испытывать наслаждение от созерцания и восприятия предметов, звуков и явлений.

Главное — воспитание эмоционального отклика на художественное произведение. Свободное общение с искусством сформирует эмоциональный опыт, опираясь на который уже можно обучать ребёнка. Так мы сохраним его желание и возможности в творчестве, разовьём таланты. Такое обучение побуждает педагога совершенствоваться самому, стремясь к воплощению творческих замыслов своих воспитанников. Мы убеждены: нет бездарных детей, есть нераскрытые таланты. Подтверждение этому — виды народного искусства, которые возникли без предварительного обучения у людей изначально талантливых, отзывчивых к прекрас-

Только человеку дана способность испытывать наслаждение от созерцания и восприятия предметов, звуков и явлений.

В 1971 году немецкий физик Г. Хакен предложил термин «синергетика». Суть закона синергетики в том, что одно ощущение усиливает другое,

ственный отклик ребёнка, одновременное восприятие звуков,





Например, слушая музыку, русский композитор Николай Римский-Корсаков мог раскладывать ноты в виде красок, а Александр Скрябин имел способность воспринимать музыку через её цвет и ввёл понятие «цветомузыка».

Художественно-музыкальная грамотность — не только умение рисовать, играть, петь или танцевать. Это, прежде всего, дар быть зрителем, открывать свою душу истинному искусству. Совсем не обязательно чтобы ваш ребёнок стал профессиональ-

Пение хором объединяет людей — в многоголосье важен каждый голос.

запахов, зрительных образов. От «сплава» различных ощущений и чувств рождаются метафоры: холодные и тёплые тона, мягкое звучание музыки, чувство ритма в рисовании, музыкальная палитра, ощущение цвета, музыка в красках...

Пение хором объединяет людей — в многоголосье важен каждый голос.

Важно, что ребёнок будет обладать грамотностью в области искусства, будет гармонично всесторонне развитым культурным человеком и без агрессии воспринимать любое творчество, собственное или чужое



ным писателем, поэтом, музыкантом, писателем или художником. Но помочь ему открыться для восприятия искусства, развить его душу и эмоции, при желании научиться выражать себя в том или ином виде искусства — просто необходимо для воспитания полноценного человека.

Если у ребёнка богатый опыт взаимодействия с искусством, если он с удовольствием посещает концерты и балет, то, может, он сам выберет инструмент, на котором захочет учиться играть. А вот задача педагога и родителей — создание условий для развития способностей и укрепления желания учиться.

Интерес к искусству так же начинается и со знакомства с музыкальным инструментом: покажите малышу, какие чудесные звуки можно из него извлекать. При знакомстве с живописью профессиональный — художник

Своими руками

Чтобы порадовать родственников и близких оригинальными сапожками со сладостями, вам понадобятся иголка с ниткой и несколько кусочков разноцветной материи. Раскроите две детали и вместе с ребёнком сшейте их с изнаночной стороны. Ещё один несложный вариант подарка близким — открытка, сделанная малышом. Нужно согнуть пополам лист цветного картона и наклеить на него вырезанные снежинки или другие украшения.

может показать, на что способен простой карандаш...

И наступит день, когда ваш ребёнок сам возьмёт вас за руку, приведёт в музыкальную или художественную школу и откроет дверь в выбранный им класс. А потом наступит день, когда вы будете сидеть на его концерте, ходить по его персональной выставке или зачитываться его романом. Но если этого не произойдёт, не расстраивайтесь. Потому что, если вы разовьёте в своём малыше талант зрителя, вы откроете для него мир.

Светлана КАХНОВИЧ,
доктор педагогических наук





КАК ВЫРАСТИТЬ ЗДОРОВОГО ЧЕМПИОНА

В здоровом теле — здоровый дух. С этим мало кто спорит. Так же, как и с тем, что спортивные секции — это альтернатива дурным компаниям или компьютерным играм. Поэтому многие из родителей стремятся, чтобы их ребёнок регулярно занимался спортом, а есть и такие, которые мечтают вырастить настоящего чемпиона. Тем не менее занятия в профессиональном спорте могут принести не столько пользу, сколько представлять опасность для здоровья юного спортсмена.

С каждым годом всё больше детей и подростков вовлекается в различные виды спорта. При этом очень важно, чтобы физические нагрузки максимально соответствовали индивидуальным возможностям ребёнка, способствовали укреплению его здоровья, а не его ухудшению. Ведь детский спорт прежде всего ассоциируется со здоровьем. Но это не всегда так.

Действительно, занятия в профессиональном спорте требуют от начинающего спортсмена-юниора колоссального напряжения всего физиологического ресурса организма, при этом обычно времени для полноценного восстановления бывает недостаточно. Зачастую прогрессивно нарастающее утомление остаётся незамеченным родите-

лями и тренерским составом, постепенно приводя к перетренированности и пограничным состояниям, а затем и к срывам адаптационных механизмов юного спортсмена. В этих случаях, как правило, возникает необходимость в серьёзной медикаментозной коррекции и отстранения от занятий спортом до выздоровления. В результате сверстники уходят далеко вперёд, показывая лучшие результаты. Существует ещё одна проблема — не все лекарственные средства в силу целого ряда факторов могут применяться у юниоров.

Очень важно родителям при первых признаках переутомления у ребенка, обратить на это внимание тренера для корректировки физической нагрузки. Кроме того, для улучшения адаптации ребёнка к повышенным физическим нагрузкам можно воспользоваться лекарственным препаратом Элькар (левокарнитин, L-карнитин).

Препарат Элькар помогает использовать жиры в качестве источника дополнительной энергии, тем самым повышая переносимость и эффективность физических нагрузок. В результате применения препарата сокращается время восстановления после тренировки, снижается травматизм, увеличиваются ско-

рость и силовые показатели юного спортсмена.

Кроме того, препарат Элькар способствует укреплению иммунитета, увеличивая энергообразование в клетках иммунной системы, повышает работоспособность, помогает справиться с усталостью.

Элькар благодаря высокому профилю безопасности с 2014 года разрешён к применению у спортсменов-юниоров ЦСМ ФМБА России и включён в «Формулярное руководство по применению лекарственных средств в детско-юношеском спорте».

Воспитать чемпиона стоит большого труда, а помочь вам в этом сможет Элькар.

На правах рекламы



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Музыка. Начало пути

Часто родители считают, что они в музыке ничего не смыслят и вообще им «медведь на ухо наступил». Музыка в таких семьях не существует или присутствует только в виде музыкальных программ по телевидению, а у детей не складывается никакого представления о музыке как о культуре.

Есть несколько способов получить музыкальные впечатления. Например — послушать записи детских песен или недлинных пьес. Это пассивный способ. Активный — когда сам ребёнок поёт или играет. Первые элементарные музыкальные инструменты для малыша двух лет — ударные (ложки, барабан, бубен и другие). С ними можно играть в простые ритмические игры: взрослый стучит на барабанах, а малыш ровно отбивает ритм погремушкой. Ударные инструменты можно использовать в любых играх. Примером может служить подвижная игра «Кошечка», где малыши бегают по кругу на носочках под ритмичные удары погремушкой. Удар бубна, и ребёнок замирает, как кошечка, которая увидела мышку. Эта игра развивает слуховое внимание, малыш начинает различать тембровую окраску инструмента (погремушка шумит мягко, а бубен — как будто сыплются монетки). Научить различать высоту звука можно на примере колокольчиков разных размеров: один звучит тонко, другой — более спокойно, самый большой — тяжело, низко. Колокольчики хороши в игре «Угадай колокольчик».

Для 2–4-летнего малыша подойдут свистулька, дудочка, металлофон. Свистульки можно

использовать в играх, как и колокольчики, а вот дудочка и металлофон требуют внимания и усидчивости. Подключаем к дудочке любой шумовой инструмент по уже известной ритмической схеме. Шумовой инструмент можно соединить и с металлофоном. В комплекте с этим инструментом обычно есть примеры простейших мелодий. Любой взрослый, даже совершенно немusыкальный, может помочь своему четырёхлетнему малышу освоить любимую мелодию. Но если такой возможности нет, не расстраивайтесь: вполне достаточно просто ударять молоточком на две (например, соседние) пластинки, чтобы получились две разные ноты.

Если у вас есть несколько инструментов, устройте «Угадайку»: не показывая малышу, играйте на любом инструменте, а он будет угадывать, какой инструмент звучал. В дальнейшем, по мере развития музыкальной памяти, ребёнок сможет угадать любой инструмент просто на слух.

Игра «Подбери инструмент» поможет вашему малышу проявить фантазию. Прослушав за-

пись любой детской песенки, предложите ему украсить её любым из имеющихся у вас инструментов.

Чем активнее общение вашего ребёнка с музыкой, тем более музыкальным он становится. Чем более музыкальным становится, тем радостнее и желаннее новые встречи с музыкальным искусством. Петь и играть можно даже свои «произведения», главное здесь — что малыш сам творит, создаёт. Поддержите его в музыкальных начинаниях, и вам откроется интереснейший мир Музыки.

Анна БЫЧКОВА,
преподаватель музыки



Ничего лишнего

Серое небо, короткий день и холод не испортят ожидания праздника. Оно начинает согревать нас уже с начала декабря. Новый год и Рождество особенно любимы в России. Поэтому вся семья готовится к ним заранее. Существует такое поверье: как Новый год встретишь, так его и проведёшь.

На практике, к сожалению, всё иначе: собрался малыш на «ёлку», а вернулся не один, а с вирусом. Бывает и так: небольшой сквознячок на детском празднике сам по себе не страшен, но ослабляет организм, делает более восприимчивым к различным инфекциям. И вот ребёнок уже в постели с кашлем и насморком. Как тут быть? Неужели все праздники просидеть дома?

Самое надёжное средство — укреплять иммунитет. Многие уже знают, что большая часть иммунных клеток — около 80% — сосредоточена в нашем кишечнике¹, и состояние кишечника и его микрофлоры играет большую роль в поддержании иммунитета. Поэтому для поддержания здоровья о них нужно позаботиться. Как это лучше сделать?

Для поддержки микрофлоры кишечника и иммунной функции учёные разработали современный пробиотик Линекс для детей[®]. Он содержит высокую концентрацию полезных бактерий — бифидобактерий ВВ-12*, которые обладают доказанным положительным влиянием на микрофлору кишечника и иммунную функцию, поддерживая

их во время сезона повышенной инфекционной заболеваемости.² Очень важно, что Линекс для детей[®] не содержит ароматизаторов, красителей, подсластителей, лактозы.

Но что же делать, если ребёнок всё же заболел? К сожалению, бывают случаи, когда приём антибиотиков неизбежен. Эти препараты уничтожают не только вредные, но и полезные бактерии. Как следствие — возможны расстройства кишечника с диареей, вздутием, метеоризмом. Могут быть и аллергические реакции, снижение иммунной защиты.³ Поэтому во время приёма антибиотиков важно поддержать микрофлору кишечника. Если ребёнок вынужден принимать антибиотики, то пробиотик Линекс для детей[®] необходимо принимать с первого дня приёма антибиотика.³

Как принимать:

- Линекс для детей[®] капли — 6 капель 1 раз в день.⁴
- Линекс для детей[®] в саше — 1 саше 1 раз в день для детей до 7 лет.⁵

Если ваш ребёнок заболел и к тому же начал принимать антибиотик, вспомните о Линексе для детей[®], чтобы поддержать микрофлору кишечника в такой сложный период. Ведь как только полезные бактерии «поселяются» в кишечнике, они тут же начинают работать, способствуя восстановлению баланса микрофлоры и нормализации работы пищеварительной системы.

С наступающими праздниками вас, дорогие родители. Пусть их наполнит радость, смех и веселье. И — ничего лишнего.

*Товарный знак Chr. Hansen ВВ-12® принадлежит Chr.

Hansen A/S
1. Булатова Е. М. и соавт. Педиатрия, 2009, т. 87, №3, с.104–110
2. Jeurink P.V., van Bergenhenegouwen J., Jimenez E., et al. Benef Microbes. 2013; 4:17–30
3. Хавкин А.И., Кешшян Е.С. Вопросы детской диетологии №2, том 12, 2013, стр. 30–36, 35–42.
4. Листок вкладыш Линекс для детей® капли
5. Листок вкладыш Линекс для детей®

www.ru.linex-probio.com

ЗАО «Сандоз» 125315, Москва, Ленинградский пр-т, д. 72, корп. 3, тел: +7 495 6607509, www.sandoz.ru

На правах рекламы



RU1712748670

SANDOZ A Novartis Division

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



Мой дом – моя крепость

(Окончание. Начало в прошлом номере)

■ Домашнее обучение – доводы «за»

У домашнего обучения есть бесспорные преимущества перед обучением в школе. К таковым можно отнести гибкий режим дня, который родители корректируют под ребёнка: полноценный сон, время на занятия в секциях, на посещение музеев и выставок, выбор удобного для семьи времени на занятия по предметам. Родители вправе выбрать более эффективное освоение программы – при индивидуальном подходе в процессе обучения педагог или родитель понимают, на какой материал ребёнку требуется дополнительное время, а какой усвоен безупречно.

При домашней форме обучения развивается индивидуальный образ мышления, без чужих стереотипных влияний. Также

«плюсом» домашнего обучения являются индивидуальный подход в освоении новых знаний, с разработанной программой для конкретного ребёнка под его собственный темп обучения; появляется возможность изучать особые дисциплины, будь то редкие иностранные языки, культуру и религии других стран, архитектуру или искусство.

Родители на домашнем обучении смогут позаботиться о здоровье своего ребёнка, выбрав подходящую «правильную», не травмирующую позвоночник и осанку мебель. При домашнем обучении исключено неконтролируемое родителями насилие со стороны педагогов и сверстников, взрослым проще, вовремя среагировать и предотвратить психологическую травму, которую может получить сын или

дочь вследствие дурного влияния в нежелательных компаниях.

Родителям удобнее отправить ребёнка в секции, где вокруг него сформируется круг сверстников, объединённых общими профессиональными интересами. Дети свободны от соблюдения навязанных ненужных правил и ритуалов: вставать перед уроком, заниматься строго отведенное количество времени одним предметом, петь гимны школы и прочие. Повышается вероятность освоить школьную программу менее чем за 11 лет.

И, наверное, самое важное, сохраняется тесный контакт родителей и детей, доверительные отношения: появляется возможность проводить вместе больше времени – заниматься, играть, проводить свободное время.

■ Аргументы «против»

Недостатки у данного вида обучения тоже есть, они же являются достоинствами школьного обучения.

Во-первых, среди одноклассников ребёнок работает интенсивнее, присутствует элемент соперничества, когда обучаемый сравнивает себя с другими.

Во-вторых, одну и ту же работу дети могут выполнить разными путями, что показывает им возможность пробовать решать поставленную задачу разными способами.

В-третьих, при выборе формы семейного обучения контроль за процессом учёбы ложится полностью на родителей. А родители не всегда в состоянии обучить ребёнка некоторым наукам, например искусству или точным наукам, системному мышлению.

В четвёртых, в школьном коллективе легче найти друзей и овладеть коммуникативными навыками взаимодействия с «типовым» коллективом. Ребёнок вне школьного коллектива не набирается опыта конфлик-

тов со сверстниками и «руководителями», как и опыта работы, рассчитанного на отведённое количество времени «от звонка до звонка». Также важно учитывать, что гиперопека родителей может привести к инфантилизму или эгоцентризму у его чада. При организации процесса домашнего обучения ребёнку всё-таки необходимо получать коммуникативный опыт, даже если он негативный. Ну и организованные школой массовые праздники оказывают положительное влияние на общее развитие детей.

Часть перечисленных недостатков можно устранить, если ребёнок будет посещать дополнительные секции, общаться со сверстниками на нейтральных площадках, ходить на общественные мероприятия.

■ Государственная поддержка

Не думаю, что стоит напоминать родителям об ответственности за принятый им выбор формы обучения сына или дочери. При

выборе домашней формы обучения ответственность за качественное обучение, правильно организованный процесс овладения знаниями, умениями и навыками падает на плечи родителей. От родителей будет зависеть развитие способностей ребёнка, приобретение опыта применения знаний в повседневной жизни и формирование у него мотивации получения образования в течение всей жизни. Тем не менее государство и при домашнем обучении продолжает участвовать в обучении детей, защищая их интересы, что закреплено законодательно.

В разъяснительном письме Министерства образования РФ «Об организации получения образования в семейной форме» кроме всего прочего говорится и о том, какую поддержку вам обязано оказать государство: «...обеспечение указанных обучающихся учебниками и учебными пособиями возможно производить не только из фондов библиотеки организации, осуществляющей образовательную деятельность, в которой об-



ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ
ЦЕНТРАЛЬНЫЙ
ТЕАТР КУКОЛ
С.В. ОБРАЗЦОВА

Декабрь 2017
Январь 2018

<i>Декабрь 2017</i>			
Большая сцена:	26 (16-00)	«Маугли» Н. Гернет	6+
Малая сцена:	28 (19-00)	«Старый сеньор и...»	12+
Большая сцена:	30 (11-00, 14-00)	«Буратино» Е.Борисова (по А.Толстому)	6+
<i>Январь 2018</i>			
Большая сцена:	2 (12-30)	«Синяя птица» М.Метерлинг	6+
Большая сцена:	4 (11-00)	«Гулял по улице щенок» По ст. Левина и Р.Мухи	6+
Большая сцена:	5 (18-00)	«Дон Кихот»	12+
Большая сцена:	6 (19-00)	«Безумный день, или Женитьба Фигаро» П.Бомарше	14+
Большая сцена:	9 (16-00)	«Маугли» Н.Гернет	6+

Тел: 8 (495) 699-3310, 8 (495) 699-5373, 8 (495) 699-5979 www.puppet.ru

учающийся проходит промежуточные и (или) государственную итоговую аттестации, но и посредством создания специализированного библиотечного фонда субъекта Российской Федерации (муниципального образования)»;

«Согласно статье 9 Федерального закона обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, своём развитии и социальной адаптации, органами государственной власти субъектов Российской Федерации организуется предоставление психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, в том числе помощь обучающимся в составлении индивидуального учебного плана, в случае необходимости обучающимся в семейной форме может быть оказана психологами, педагогами-психологами организаций, осуществляющих образовательную деятельность, в которых такие дети проходят аттестацию, либо в центрах психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»;

«В целях реализации права каждого человека на образование федеральными государственными органами, органами государственной власти субъектов Российской Федерации и органами местного самоуправления осуществляется полностью или частично финансовое обеспечение содержания лиц, нуждающихся в социальной поддержке в соответствии с законодательством Российской Федерации, в период получения ими образования (статья 5 Федерального закона)».

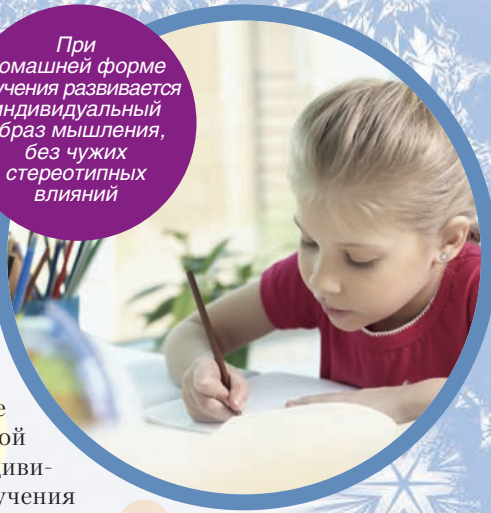
■ Как перейти на домашнее обучение

Для того чтобы перевести ребёнка на домашнее обучение не-

обходимо выбрать подходящую вам форму обучения и, если причиной является инвалидность, собрать подтверждающие необходимость такого обучения медицинские справки. Собранные документы необходимо передать в ближайшую школу с написанным заявлением на имя директора. Вместе с педагогами выбранной школы разработайте индивидуальную программу обучения для ребёнка. В программе конкретно указывается количество предметных часов в неделю и продолжительность одного урока. Директор школы приказом назначает учителей, которые будут обучать ребёнка на дому. Родители при этом должны вести журнал учёта пройденного материала, полученных оценок и результатов аттестации. После окончания обучения ребёнку должны выдать аттестат о среднем образовании, как и другим выпускникам.

Если же у ребёнка нет медицинских показаний для перехода на домашнее обучение, но есть решение родителей или опекунов, этого достаточно, чтобы школьник перешёл на семейное обучение, периодически посещал школу для итоговых проверок полученных знаний. Для этого нужно написать заявление на имя директора школы. Данное заявление будет рассмотрено комиссией, состоящей из педагогов и специалистов департамента образования. На заседание могут пригласить ребёнка, узнать его мнение о переходе на эту форму обучения. По итогам заседания комиссии обучающийся школь-

При домашней форме обучения развивается индивидуальный образ мышления, без чужих стереотипных влияний



ным приказом будет прикреплён к общеобразовательному учреждению с назначением сроков обязательной аттестации. При этом ребёнок, находящийся на домашнем обучении, в любой момент имеет право вернуться к традиционному школьному обучению и продолжить учёбу в школе после прохождения полугодовой аттестации.

Переводить ли сына или дочь на домашнее образование, конечно же, решать только родителям. Можно, к примеру, организовать «домашнюю школу» не во время учебного года, а в последний месяц летних каникул и оценить собственные силы и понаблюдать за реакцией ребёнка. И прежде чем перевести ученика на домашнее образование, покажите его опытному психологу. Специалист поможет определить особенности характера, тип мышления, оценит темперамент и подскажет, будет ли полезно домашнее образование вашему ребёнку.

Антонина СТЕПАНЕНКО,
учитель
начальных классов

СКАЖЕМ ВИРУСАМ «СТОП»!

Уважаемая редакция! Мой сын очень любит ходить в детский садик. У нас прекрасные воспитатели, бывают замечательные праздники. Одно меня очень огорчает: из садика ребёнок часто приносит инфекции. В результате заболевает сам и заражает младшего братика. К сожалению, есть родители, которые приводят больных детей в сад. Сколько мы ни боролись, всё бесполезно. Как быть?
Дарья К.

Проблема инфекций в детских учреждениях беспокоит многих родителей. Но, к сожалению, если ребёнок посещает детский коллектив, а это ему необходимо для нормального развития, болезней избежать очень трудно. Поэтому лучше всего — укреплять организм малыша и использовать натуральные защитные средства. Например, закаливание — хороший способ. Но относиться к нему нужно осторожно: руководствуясь здравым смыслом и учитывая особенности ребёнка. Кроме того, не стоит забывать, что закаливание — это процесс, рассчитанный на длительный срок.

Укрепит организм «изнутри» приём витаминов и пробиотиков. А как же быть с «наружной обо-

роной»? Ещё наши бабушки любили ингаляции эфирными маслами: облегчают дыхание и улучшают самочувствие. Также эфирные масла могут служить и хорошим средством профилактики. Однако не все малыши любят эти процедуры. А у родителей часто не хватает времени и сил «сражаться» со своим чадом.

Современный препарат — мазь Эваменол®, помогает решить эти проблемы. Мазь содержит эвкалиптовое масло и ментол, которые служат профилактике ОРВИ и гриппа.

Мазь Эваменол® — не только средство профилактики, но и лечения: препарат показан при острых и хронических ринитах. Он разрешён детям с двух лет. На фоне применения

мази Эваменол® облегчается носовое дыхание, ребёнок чувствует себя более комфортно.

Родина Эвкалипта — остров Тасмания и Австралия. Коренные жители называют его «деревом жизни» и «алмазом лесов» из-за целебных свойств. Эфирное масло эвкалипта содержит более 40 компонентов, главным из которых является цинеол. Именно он обладает антибактериальным, болеутоляющим, противовирусным, противовоспалительным свойствами. Масло также успокаивает, снимает сонливость и усталость.

Дорогие родители! В период эпидемии и для профилактики ОРЗ, выходя из дома, перед посещением садика или школы, прогулки на детской площадке, смажьте носовые ходы мазью Эваменол®. Это усилит местную защиту слизистой оболочки носовой полости. Не забудьте воспользоваться препаратом и при первых же симптомах насморка.

Активные компоненты

Эвкалиптовое масло
Ментол



Не вызывает сухости слизистой оболочки носовой полости



Облегчает носовое дыхание



Обеспечивает защиту от респираторных вирусных заболеваний



evamenol.mosfarma.ru

ЗАО «Московская фармацевтическая фабрика»



Код 34076

ЛСР-008050/08 от 10.10.2008

На правах рекламы

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ



КАК ПРЕОДОЛЕТЬ

ЗАСТЕНЧИВОСТЬ

И НАЛАДИТЬ ОТНОШЕНИЯ СО СВЕРСТНИКАМИ?

Советы подростку

Быть популярным в кругу сверстников, нравиться окружающим — этого хотят многие подростки. У некоторых это получается легко и непринуждённо, как будто они рождены для того, чтобы блистать в обществе, быть душой компании, одаривать всех искромётным юмором. Но что делать, если застенчивость — главная черта твоего характера, которая мешает в общении, личных взаимоотношениях, в учёбе, одним словом, мешает жить?

Прежде всего, давай разберемся, почему мы робеем и стесняемся? Во-первых, потому что

мы постоянно думаем о наших «недостатках» и сравниваем себя с другими! Мы боимся, что наши «недостатки» увидят другие ребята, ожидаем провала. Наши негативные ожидания и опасения делают нас неуверенными и скованными в ситуации общения.

Ты обратил внимание, что, говоря о наших «недостатках», мы берем это слово в кавычки? Не догадываешься, почему? Да потому что в большинстве случаев так называемые «недостатки» — это наши хорошие качества, которые мы недооцениваем!

Это касается и застенчивости, скромности. Думаешь, всем без

исключения нравятся излишне раскованные выскочки? Нет. Есть довольно много людей, которые предпочитают общаться с тихими, спокойными людьми, находя их милыми и симпатичными.

Попробуй просто не думать о том, что **МОЖЕТ** случиться... Например:

— Может быть, я окажусь не привлекательным для ребят?

— Может быть, я не смогу поддержать разговор, буду долго подбирать слова, путаться в ответах?

— Может быть, у них общие интересы, и им есть чем похвастаться?

Обычно стеснительность усиливается тем, что мы вспоминаем неудачный случай в общении, думаем, что у нас есть недостатки, которые бросаются в глаза, и как итог, ожидаем очередного провала в общении.

Для того чтобы решить твою проблему, надо понять простые вещи:

- В каждом из нас больше хорошего и замечательного, интересного и привлекательного. И в тебе тоже! Чаще вспоминай об этом.

- Ты значительно смелее и привлекательнее, чем тебе кажется.

- У каждого успешного человека были неудачи в жизни.

- Важно смелее думать только о победах, которые тебе предстоят.

Банально, но факт — все люди разные! Не думай, что все должны быть одинаково раскованы, общительны, иметь миллион друзей, вызывать у всех восхищение своими рассказами. Каждый из нас уникален, и этим интересен! Просто нужно найти свой путь к уважению и признанию. Кто-то, например, не умеет рассказывать анекдоты, но может удивить своим умением работать с 3D-графикой.

Ты спросишь, а как же твои «недостатки»? Поверь, большая часть из них — преувеличение. Попробуй составить перечень твоих сильных качеств. Оцени каждое из них по 5-бальной шкале в зависимости от того, насколько оно у тебя выражено. Затем составь перечень слабых сторон и подумай, как их сделать сильными, что в них есть хорошего и полезного. Особенности, которые тебе кажутся слабостями, в действительности могут оказаться твоим преимуществом.

Вот несколько приёмов для преодоления застенчивости:

- Продолжи предложение, которое начинается со слов: «Я должен...» Напиши 5 вариантов.

- Продолжи предложение, которое начинается со слов: «Я хочу...» Напиши 5 вариантов.

- Поразмышляй над ответами. Задайся вопросами:

- кому ты «должен»?

- зачем ты «должен»?

- как часто твоё «хочу» и «должен» не совпадают?

Также можно использовать следующие способы:

- Задействуй воображение. Проигрывай в уме ситуации, которые вызывают у тебя волнение. Пускай в воображении тебе удаётся решать эти ситуации.

чай удовольствие от разговора, обмена мнениями.

- Настройся на победу! Думай о том, что любая ситуация только в начале кажется нам трудной. Справляясь с ней, мы становимся опытнее и сильнее. В общении ищи одинаковые интересы, прислушивайся к мнению собеседника. А главное, верь в себя и в свою способность справиться с любой ситуацией!

Подростковый возраст — это особый период, время взросления, становления личности, поиска своего «я». Если ты запутался в себе, не знаешь, как решить проблему, не можешь найти общий язык с ровесниками, учителями, родителями, если тебе трудно найти выход из

Не думай, что ты должен быть совершенен. Не предъявляй к себе слишком высоких требований. Будь в общении таким, какой ты есть!

Представь, как ты выходишь из них победителем.

- Помогут книги. В книгах можно узнать, что очень много великих людей, как и ты, преодолевали свою застенчивость. И в целом читай больше, проговаривая вполголоса слова.

- Работай над речью. Читай вслух и с выражением небольшие тексты. Составь перечень фраз, которые часто используют люди в твоём окружении, и постарайся запомнить их.

- Займись спортом. Он делает тебя более крепким как физически, так и внутренне — психологически.

- Просто общайся! Перестань размышлять над тем, что о тебе думают окружающие, как они на тебя смотрят. Общайся и полу-

сложной ситуации, приходи в один из подростковых клубов. Опытные психологи помогут тебе разобраться в ситуации, взглянуть на неё с разных сторон, найти пути решения. Подростковые клубы работают в территориальных отделениях Городского психолого-педагогического центра Департамента образования города Москвы: «Жулебино», «Крылатское», «Переделкино», «Очаково», «Митино», «Хорошево-Мневники», «Тверское», «Хамовники», «Северное Измайлово», «Чертаново», «Зябликово».

Александр БОЛЬШАКОВ,
председатель Ассоциации организаций по развитию гуманистической психологии в образовании

Шустрые Пальчики

Ребёнок сломал руку. После проведённого лечения требуется реабилитация, поскольку одним из серьёзных осложнений может быть нарушение мелкой моторики кисти.

Рассмотрим примерные физические упражнения для тренировки мелкой моторики на поликлиническом этапе для детей дошкольного возраста после повреждений верхней конечности.

Предварительно перед началом занятий приготовить листы бумаги формата А4 различного цвета, верёвочку, разного диаметра кольца, бусинки, ёмкость с кинетическим или обычным песком (можно также использовать различные крупы), мяч с шипами, конструктор, кубики мягкие и деревянные, цветной пластилин или массу для лепки, ванночку с водой.

■ Упражнения с бумагой

1. Исходное положение (и.п.) — сидя за столом, руки на столе, кисти рук на бумаге. Ребёнок даёт задание — смять двумя руками лист бумаги как можно сильнее в комочек (если у него не получается, выполнить несколько раз это упражнение вместе с ним, обхватив его руки). Затем расправить лист бумаги, разровнять его. Повторить 4 раза. Акцент на движениях травмированной руки. Следить за осанкой, спина прямая.

2. И.п. — то же. Задание — разгладить лист бумаги ладонью на столе, придерживая его другой рукой, потом поменять руки. Повторить 4 раза. Акцент на движениях травмированной руки. Следить за осанкой, спина прямая.

3. И.п. — то же. Складывать и разворачивать лист бумаги в разных направлениях. Сначала вдвое, втрое, затем в максимально возможное количество раз. Повторить 2 раза. Акцент на движениях травмированной руки. Следить за осанкой, спина прямая.

4. И.п. — то же. Скатывать, скручивать, разрывать лист бумаги (стараться как можно мельче рвать бумагу). Повторить 2 раза. Акцент на движениях травмированной руки. Следить за осанкой, спина прямая.

5. И.п. — то же. Предварительно плотно завернуть в бумагу

маленькие игрушки, ребёнок должен распаковать игрушку. Длительность 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

■ Упражнения с верёвочкой

1. И.п. — сидя за столом, руки на столе. Травмированная рука выполняет движения. Перематывать верёвочку из клубка в клубок. Длительность выполнения упражнения 1–2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

2. И.п. — то же. Травмированная рука выполняет движения. Наматывать верёвочку на карандаш. Длительность выполнения упражнения 1–2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

3. И.п. — то же. Травмированная рука выполняет движения. Пропускать верёвочку в отверстия колечек, бусинок. Длительность выполнения упражнения 1–2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

4. И.п. — то же. Травмированная рука выполняет движения. Обматывать колечки верёвочкой, продевая её через центр кольца. Длительность выполнения упражнения 1–2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.



■ Упражнения с песком

1. И.п. — сидя за столом, сгребать двумя руками песок в горку, затем разравнивать её. Длительность выполнения упражнения 1–2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

2. И.п. — то же. Рыть в песке ямки, дорожки, тоннели. Длительность выполнения упражнения 1–2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

3. И.п. — то же. На ровной поверхности песка «отпечатывать» свои ладони. Длительность выполнения упражнения 1–2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

4. И.п. — то же. Совком пересыпать песок, помешивать его, приглаживать, делать «куличики» с использованием разных форм. Длительность выполнения упражнения 2 минуты.

5. И.п. — то же. Строить «замки» из песка. Длительность выполнения упражнения 5 минут.



6. И.п. — то же. На песке создавать игровые сюжеты с использованием маленьких игрушек, природного материала. Например, взрослый закапывает игрушку какого-нибудь животного в песок, ребёнок должен откопать эту игрушку и пальцами имитировать движения этого животного (пример, как зайка прыгает). Акцент на движениях травмированной руки. Следить за осанкой, спина прямая. Длительность выполнения упражнения 5 минут.

■ Упражнения с мячом

1. И.п. — сидя на полу, катать мяч ребёнку и побуждать ловить его двумя руками. А затем катить обратно взрослому. Когда малыш освоит это упражнение, можно начинать бросать мяч ребёнку, чтобы он поймал его и бросал обратно. Длительность выполнения упражнения 3 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.



2. И.п. — сидя за столом, положить обе руки ребёнка на мяч среднего размера, расправив пальчики, катать мяч по столу вперёд-назад, по кругу в одну и другую стороны, движения производятся сначала двумя руками

вместе, затем травмированной рукой. Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

3. И.п. — сидя за столом, здоровая рука лежит на мяче и удерживает его, травмированной рукой ребёнок стучит по мячу. Сначала медленно и легко, затем быстро и сильно. Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

■ Упражнения с кубиками и конструктором

1. И.п. — сидя за столом, движения с кубиками: переключать, переворачивать, устанавливать один на другой, снимать по одному с башни, выкладывать орнаменты, различные фигуры. Длительность выполнения упражнения 5 минут. Следить за осанкой, спина прямая.

2. И.п. — то же, конструирование: домик, забор, башня, лабиринт, геометрические фигуры. Длительность выполнения упражнения 5 минут. Следить за осанкой, спина прямая.

■ Упражнения с пластилином, массой для лепки

1. И.п. — сидя за столом. Скатывать двумя руками большой шар — на весу и на столе. Длительность выполнения упражнения 3 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

2. И.п. — то же. Раскатывать двумя руками «колбаску» — на весу и на столе. Длительность выполнения упражнения 3 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

3. И.п. — то же. Отщипывать от «колбаски» кусочки травмированной рукой и скатывать из них мелкие шарики. Длитель-



**Детские
травматологи
советуют:**

Крайне необходима тренировка мелкой моторики кисти при травме верхней конечности у детей дошкольного возраста

ность выполнения упражнения 3 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

4. И.п. — то же. Раскатывать из шариков лепёшечки скалкой. Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

5. И.п. — то же. Лепить из лепёшечек «куличики», «вареники», «пирожки», животных, цветы, деревья. Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

■ Упражнения в воде

1. И.п. — сидя за столом, травмированная рука в ванночке для рук. Ребёнок опускает кисть руки в ванночку с водой, заполненную мелкими предметами, и перемешивает содержимое. Затем переносит кисть в ванночку с водой с другой фактурой наполнителя. После нескольких проб ребёнок с закрытыми глазами опускает руку в предложенную ванночку и старается отгадать её содержимое, не ощущая пальцами отдельные элементы, а просто выполняя захват предмета. Температура воды 36–38 градусов. Погружение руки до уровня

средней трети предплечья. Длительность выполнения упражнения 2 минуты.

2. И.п. — то же. Ребёнок закрывает глаза, инструктор рисует своим пальцем фигуры, цифры или буквы, ребенок распознаёт «написанное» на руке. Ладонь прикасается к дну ванночки.

Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

3. И.п. — то же. В ванночку кладут различные цифры и буквы, фигурки. Ребёнок ощупывает предложенные предметы, а затем их зарисовывает.

Для рисования необходимо использовать разные предметы: карандаш, фломастеры разного диаметра и кисти различной толщины. Зарисовывать предметы можно также пальцами, окунув их в краску. Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

4. И.п. — то же. Инструктор, садясь напротив ребёнка, делает пальцами своей руки какую-либо «фигуру» (какие-то пальцы согнуты, какие-то выпрямлены — любая комбинация). Малыш должен точно в такое же положение привести пальцы своей руки — повторить «фигуру». Задание усложняется тем, что не-

обходимо зеркально отразить (взрослый сидит напротив). Если данное задание вызывает у ребёнка сложности, то сначала можно потренироваться, проводя упражнение, сидя рядом (а не напротив). Так ему будет легче копировать положение пальцев руки. Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

5. И.п. — то же, ладонь травмированной руки повернута вперёд. Большой палец противопоставлен остальным. Одновременно выполнить по два шлепка каждым пальцем по большому пальцу, начиная от второго к пятому и обратно. В процессе выполнения упражнения количество касаний пальцем можно увеличить. Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

6. И.п. — то же. В ванночке находится мяч с «шипами», кисть ладонной поверхностью лежит на мяче. Ребёнок выполняет движения вперёд-назад, вправо-влево, по кругу. Имитация сгибания-разгибания, отведения-приведения, кругового движения. Движение сопровождается речью:

*У сосны, у пихты, ёлки
Очень колкие иголки.*

*Но ещё сильнее, чем ельник,
Вас уколет можжевельник.*

Длительность выполнения упражнения 2 минуты. Следить за осанкой, спина прямая.

Другие варианты упражнений, направленных на тренировку мелкой моторики кисти при травме верхней конечности у детей дошкольного возраста, будут представлены в следующей статье.

Ирина БАКАЙ,
кандидат педагогических наук



ЗАГАДОЧНЫЙ *Helicobacter*

Helicobacter pylori — спиралевидная грамотрицательная бактерия, экспертами ВОЗ этот микроорганизм занесен в 1-й класс канцерогенов, который вызывает язву желудка и двенадцатиперстной кишки, гастриты, дуодениты, рак желудка.

Инфицирование чаще всего происходит в рамках семьи, так как бактерия быстро погибает на воздухе, но исследований по этому поводу было мало. Установлено, что передача возможна при поцелуях, использовании общей посуды, несоблюдении правил личной гигиены и замешивании чужой зубной щетки, например. Также зараже-

ние может случиться и при употреблении загрязнённой воды, так как Helicobacter pylori способна выживать в водной среде до нескольких недель.

К сожалению, носительство Helicobacter pylori проходит бессимптомно — человека ничего не беспокоит, одновременно он заражает окружающих, а когда иммунитет становится чуть слабее, у него возникают проблемы с желудком. В России показатель распространённости достигает 60–70% во всей популяции, причем большинство из нас инфицируются в детстве.

Единственный достоверный метод определения наличия *Helicobacter pylori* в организме —

лабораторная диагностика.

Наибольшей популярностью пользуется дыхательный тест, когда пациент принимает раствор карбамида, выдыхает воздух в специальный мешочек, а аппарат по составу воздуха определяет наличие или отсутствие Helicobacter pylori в организме человека. Этот тест может применяться как для диагностики инфекции, так и для оценки эффективности лечения. Компания ИНВИТРО проводит его у пациентов с 14 лет. Абсолютных противопоказаний к применению теста нет, а с условиями подготовки к его проведению можно ознакомиться на сайте www.invitro.ru.

На правах рекламы

INVITRO | медицинские услуги

Что-то не так с животом?

Сдайте тест на Хеликобактер Пилори!

¹³C-УРЕАЗНЫЙ ДЫХАТЕЛЬНЫЙ ТЕСТ



ООО «ИНВИТРО», Лицензия № ЛО-50-01-009134 от 26.10.2017 г. Подробная информация о видах услуг, сроках, порядке их оказания и ценах, об адресах мест нахождения медицинских офисов приведена на сайте www.invitro.ru, а также предоставляется по телефону 8 (800) 200 363 0.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

ЗА СИНЕЙ ПТИЦЕЙ

Радость и умиротворение долго искать не нужно. Кимры — старинный русский город на Волге. Кроме великолепных образцов деревянного модерна, картинные галереи, где выставляются местные художники, среди которых Владимир Ростов. На столичных верниса-

жах далеко не всегда встретишь работы такого уровня. У Владимира особый взгляд на мир, он создаёт свою реальность, наполненную светом и радостью. Он не «изобретает» смысла в жизни: его работы — гимн самой жизни, созданной для любви и восхищения.



«День Ангела», 2012 г. х.м. 90x100



«Церковь Белая Троица», 2012 г. х.м. 90x100



«Волхвы», 2011 г. х.м. 75x80



«Благовещение», 2011 г. х.м. 50x60

САМАЯ ИСКРЕННЯЯ НОЧЬ В КАФЕ АНДЕРСОН

НЕ ПРОПУСТИ СВОЮ ЗВЕЗДУ!

На правах рекламы



своими искренними улыбками. А пока все собираются, мы пройдём в зал и сделаем семейные фото на фоне сказочного неба, утопая ногами в мягких облаках, покачиваясь на руках у тёплого дядюшки Месяца, и, поднявшись по деревянной лестнице, достанем руками звёзды.

А дальше мы продолжим вечер уютными посиделками на веранде с горячим чаем и глинтвейном. Узнаем о звёздных подарках и сюрпризах у профессионального астролога. Посетим мастер-класс по изготовлению ёлочной звезды (ёлочное украшение). Сотворим авторскую пинату в форме первой буквы своего имени. После чего нас ждёт трепетная встреча с милыми четвероногими гостями Севера — собаками хаски.

А когда незаметно подкрадётся полночь, наступит время для настоящего волшебства. Долгожданное появление Деда Мороза и его очаровательной спутницы — первой новогодней Звезды, розыгрыш подарков, выступления специальных гостей вечера, дискотека и вкусный праздничный ужин.

В первые минуты Нового года мы совершим массовый запуск светящихся воздушных шаров, которые озарят ночное небо над городом, унося за собой ваши желания и мечты, которые обязательно исполнятся, если научиться по-настоящему в них верить.

В игровой комнате для детей мы установим много разноцветных вигвамов, где они смогут валяться, смотреть мультики, танцевать шаманские танцы народов Севера, разглядывать звёзды и устраивать световые представления.

Стоимость билетов в основном зале — взрослый 15 000 рублей, каминный зал — 10 000 рублей. Стоимость детского билета 5 000 рублей. Дети до 5 лет — бесплатно.

Согласитесь, что самые волшебные ощущения мы испытываем в новогоднюю ночь. Но чтобы волшебство никуда не исчезало, каждый год мы создаём в АндерСоне новую, добрую и трогательную семейную сказку, доверху наполненную чудесами.

На этот раз мы окажемся посреди огромного ночного неба, такого загадочного и такого далёкого, чтобы не пропустить появление первой новогодней Звезды и загадать свои самые-самые заветные желания.

В 22 часа снежные ангелы спустятся со снежных облаков на землю, чтобы встретить гостей

Приобрести билет можно в кафе по адресу:
ул. Гиляровского, д. 39,
или на сайте
<http://cafe-anderson.ru/elki/>

**Ждём вас в гости,
ловить свою звезду!**

кагоцел[®]
ПРОТИВОВИРУСНОЕ СРЕДСТВО

РАБОТАЕТ

**ДАЖЕ ПРИ ЗАПОЗДАЛОМ
ЛЕЧЕНИИ**

СОВРЕМЕННЫЙ ПРОТИВОВИРУСНЫЙ ПРЕПАРАТ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ С 3-Х ЛЕТ



**ВЫБОР
СПЕЦИАЛИСТОВ***



СОКРАЩАЕТ

продолжительность лихорадки,
катарального синдрома и ринита у
детей ко 2-3 дню от старта терапии!***



ПОДТВЕРЖДЁН

высокий профиль безопасности у
взрослых и детей с 3 лет за все время
применения!****



СОКРАЩАЕТ

число эпизодов болезни у детей
после приема профилактического
курса!*****

Подробную информацию вы можете получить на сайте: www.kagocel.ru. Пер. уд. Р N002027/01 от 19.11.2007 ООО "НИАРМЕДИК ПЛЮС", 125252, Москва, ул. Авиаконструктора Микулина, д. 12. / Тел./факс: +7 (495) 741-49-89.

*Кагоцел[®] — самый назначаемый препарат при профилактике и лечении ОРВИ и гриппа в рамках премии «Russian Pharma Awards 2016»; Кагоцел[®] — лучший безрецептурный препарат в рамках премии «Зеленый крест 2015». **Прием препарата Кагоцел достоверно сокращает продолжительность лихорадки, катарального синдрома и ринита ко 2-3 дню от старта терапии в условиях амбулаторной практики. М.С. Савенкова, Е.И. Исеева, О.В. Караштина, М.В. Шабат, Г.Н. Красева, Н.А. Абрамова, Т.Е. Красева, Р.В. Душкин Анализ сравнительного лечения ОРВИ в эпидсезоны 2015-2016 гг. на основе результатов мультиплексной ПЦР-диагностики в условиях амбулаторной практики // Фарматека №1-2017 С. 38-45. ***За все время применения препарат Кагоцел подтвердил высокий профиль безопасности у взрослых и детей с 3 лет. По данным Фармаконадзора компании производителя. ****Профилактический 4-х недельный курс приема сокращает число эпизодов болезни у детей в 2,8 раза, и в течение последующих 4 месяцев — в 2,4 раза. Харламова Ф.С. с соавт. Клиническая и профилактическая эффективность индуктора интерферона при ОРВИ у детей младшего дошкольного возраста // Педиатрическая фармакология. — 2012 - № 9 (1). — С. 81-89.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ
НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ