



ДЕТСКИЙ ЦЕНТР АкваРель

№ 5

Все краски детства

**ТЕМА
ВЫПУСКА**

В движении ЖИЗНЬ



Журнал
для детей
и родителей

Издание детского центра «АкваРель»
Март 2011 г.



Татьяна Ивановна
Ключницина,
директор
детского центра
«Акварель»



В поисках радости

Вы любите праздники? Мы тоже. Конец зимы всегда хлопотливый и радостный: столько праздников сразу! Тут тебе и праздник пап 23 февраля, и Масленица, и праздник мам 8 марта.

Если праздник удался, значит, его долго и весело готовили: писали сценарий, сочиняли стихи, разучивали песни. Если праздник удался, то никто не сидит в сторонке, и родители играют также увлеченно, как дети.

Праздники в трех наших садиках не похожи один на другой. В садике на улице Котовского в День защитника Отечества папам предстояло совершать подвиги. Они отважно скакали наперегонки на конях (то есть на метлах), переходили через «опасное болото» и строили город из пластиковых стаканчиков. А на улице 1-й Механической папам пришлось демонстрировать эрудицию, ловкость и сообразительность. Здесь на 23 февраля родители вместе с детьми разгадывали кроссворды, складывали разрезанные пословицы, строили башни и даже танцевали.

Заходите в гости на наш сайт, где прошедшие праздники оживают в фотографиях. Кстати, на сайте есть конкурсы. Вы можете принять в них участие, даже если ваши дети не ходят в «Акварель». Победители конкурса будут героями следующего номера нашего журнала.

Мы готовы дружить со всеми неравнодушными родителями, поэтому приняли решение открыть на базе «Акварели» студию детского фитнеса не только для «своих», но и для проходящих детей (подробнее об этом расскажет на страницах 3–5 Лилия Валентиновна Оленева). Постоянные читатели нашего журнала могут удивиться: все время садик «Акварель» говорил о творчестве, о развитии воображения и мышления — и вдруг мы открываем не школу искусств, а фитнес-студию.

Объяснение этому простое: без физического развития ребенка не будет и творческого. В движении ребенок познает мир. Мы хотим дать ему такую возможность!

С уважением,

Татьяна Ключницина





Тренажер из органзы

Детский фитнес — явление для Новосибирска новое. Недостаток движения — сегодня беда не только взрослых, но и детей. Игры за компьютером вместо беготни с друзьями и поездки в автомобиле вместо пеших прогулок обещают в дальнейшем сложности в школе. И не только на уроках физкультуры. Ребенок познает мир в движении. Детский фитнес — физическое развитие в форме веселой игры. Осенью «Акварель» откроет центр. Там с малышами будут заниматься детским фитнесом, плаванием, хореографией и художественной гимнастикой.

Рассказывает руководитель центра, воспитатель «Акварели», детский психолог и педагог с 15-летним опытом, сертифицированный инструктор детского фитнеса Лилия Валентиновна Оленева.

? **Фитнес для взрослых — нелегкая работа в зале, которую мы терпим ради тонкой талии и плоского живота. Как выглядит детский фитнес?**

— Он не похож на взрослый. Существует несколько тренажеров спе-

циально для детей, в том числе — мини беговая дорожка. Но лучшие тренажеры — те, что придумает инструктор. Мячик — отличный тренажер! Воздушный шарик не хуже. Или платочек из органзы: на него надо подуть, чтобы удержать в воздухе. А вот кок-



тейльная соломинка с новогодним «дождиком»: на него тоже дуем, играя, развиваем легкие. Старинная игрушка, самодельная лошадка, — конская голова на палочке. Ребенок «скачет» на ней верхом и так учится прыгать. Обыкновенная гимнастическая скамейка — тоже тренажер. Непременно в зале должна быть полоса препятствий, дети ее очень любят. Вся атрибутика для детского фитнеса яркая и праздничная.

? Как проходят занятия?

— Каждое занятие инструктор планирует. Выясняет, например, какой праздник совпадает с днем занятий. К примеру, обнаруживает, что занятия пришлось на день рождения Тома и Джерри! Отлично, стало быть, сегодня мы играем в Тома и Джерри. И атрибутика соответствующая, и упражнения.

? Можно себе представить, что станет с группой после длительной игры в Тома и Джерри!

— В конце занятия дети займутся творчеством и успокоятся. Если, например, как мы говорим, у нас день рождения мультяшных героев, то мы спокойно нарисуем им открытку и покажем ее маме!

? Расскажите о фитнесе для самых маленьких.

— Группы детей до 2 лет и 2—3 летние занимаются с родителями. Сначала — вводная часть: занятия: с каждым поздороваться за ручку, каждому сказать что-то хорошее. А потом — марш-парад по залу. И уже сами малыши здороваются с предметами, с мячиками и гантельками. Потом разминка. Потом обожаемая всеми полоса препятствий. Наконец — артчасть — творчество,



доступное возрасту. И финал — релаксация. Выключаем свет, закрываем глазки и слушаем пение птичек. Вот и получается в общей сложности — час.

? Занятия проходят под музыку?

— Конечно. С малышами — под детские песенки. А первоклашки уже просят «поставить им нормальные песни». Включаю дискотечные композиции, но такие, под которые легко двигаться.

? Кроме детского фитнеса, в программу войдут плавание и гимнастика. Почему именно эти направления?

— Говорить о пользе занятий в бассейне вряд ли нужно. Вода — замена массажа. А массаж, как вы знаете, сегодня рекомендуют почти всем детям. Ребята перестают бояться воды, они закаляются, у них гармонично развиваются мышцы, в воде уменьшается нагрузка на позвоночник и так далее. Я в прошлом — пловчиха, могу вести это направление профессионально. Гимнастикой с детьми будет занимать-



ся мастер спорта по художественной гимнастике. В работе с детьми самое важное — люди, которым ты можешь доверить ребенка.

? А если ребенок не совсем здоров? Сколиоз, плоскостопие и другие противопоказания к занятиям спортом?

— Детский фитнес — не спорт. В спорте каждую тренировку нагружают определенную группу мышц ради достижения спортивного результата. Наш результат — радость от движения и здоровье. Мы понемногу тренируем ручки и ножки, учимся правильно дышать, бегать, падать. Учим ребят общаться друг с другом в живой игре, а не посредством компьютера. Привлекаем к занятиям родителей. Конечно, мы заводим на каждого ребенка так называемую карту патологии и следим за тем, чтобы нагрузка была посильной. Но вообще мир естественных движений, куда мы вводим малыша, может принести только здоровье. Мой опыт двухлетней работы в детском оздоровительном центре это подтвердил.





В ГОСТЯХ У КУКОЛ

Как детский садик «Акварель» в театр ходил

Солнечным утром чудесные и нарядные дети садика «Акварель», взявшись за руки, в сопровождении воспитателей длинной вереницей шагают от большого автобуса к необычному на вид зданию. Устремлённые вверх башни-лепестки и улыбки узорчатых кругов-солнц уже сами по себе обещают: вот-вот начнёт происходить что-то необычное.

Ребята заходят внутрь, сдают тёплые пуховики-шапки в гардероб и... попадают в мир новосибирского кукольного театра. Уже в холле сидят и стоят они: герои сказок, спектаклей и народных преданий. Девочки и мальчики подходят к тем, о ком они много слышали, но до этого момента не видели так близко: к Мюнхгаузену, Карлсону и другим. Смотрят на кукол и иногда, пока никто не видит, прикасаются к ним руками. Осторожно, просто чтобы удостовериться, что они и правда настоящие. А куклы смотрят на ребят. Как живые. Или и правда живые?

Маленькие гости театра поздоровались с медведем, живущем в деревянном теремке, и поднялись по довольно крутой мраморной лестнице на второй этаж. Там их ждало множество удивительных вещей. И, конечно, кукол. Которые замерли, как только услышали топот десятков детских ножек. Но по тому, как хитро поблёскивают кукольные глаза, по едва заметному колыханию платьев и чуть приподнятым уголкам застывших губ можно догадаться: ещё полминуты назад они живо о чём-то беседовали. Если вы вдруг тоже окажетесь в Новосибирском областном театре кукол, не забудьте подняться по ступенькам наверх и посмотреть сказочную и удивительно красивую стену за витым заборчиком, посвящённую одной известной истории о маленькой девочке. Какой? Секрет. Но есть подсказка: на вас смотрит и улыбается Чеширский кот.



Художник этого спектакля — главный художник театра Александр Корытный

А тем временем над куклами и детьми раздаются переливы колокольчиков. Но это не просто музыка. Это знак: скоро начнётся спектакль. Пора спускаться вниз и занимать свои места в зрительном зале. А то можно и всё самое интересное пропустить. С опоздавшими в театре кукол обращаются строго. В зал их не пускают. Разрешают только смотреть в холле видео-трансляцию происходящего на сцене. Сказка по телевизору — это, может быть, и неплохо, но уж точно не идёт ни в какое сравнение со сказкой настоящей, которая будет происходить в зале. Поторопимся?

Мы оказались в лесу. Настоящем. Тканево-ватном: мягкие листья свешиваются сверху, мягкие цветы растут на зелёной полянке, мягкие грибы спрятались под мягким пеньком. В общем, всё как по правде, только лучше. Маленькие зрители замерли в ожидании. Что-то должно случиться...

И на сцене появляются артисты Театра кукол. А за ними под весёлую

лесную песенку под деревьями появляется заяц и ёж. Длинноухий, как положено, любит морковку и капусту, разговаривает истинно заячьим голосом и не дружит с лисами. Ёжик уморительно пофыркивает и слегка переваливается с ноги на ногу, пытаясь куда-нибудь забраться, и ещё он, конечно, очень колючий. И тоже не дружит с лисами. Точнее, с одним. Вот о нём-то и пойдёт рассказ. Потому что сегодняшняя сказка называется «Лисёнок-плут».

Всё в зверином мире было хорошо. Каждый занимался своим делом и никому не мешал. Заяц хрустел морковкой, Медвежонок собирал малину в туюсок, Белочка занималась своими беличьими делами у себя в дупле. Но вдруг он нарушил привычное течение лесной жизни. Лисёнок. Маленький, рыжий и очень хитрый.

— Зайчонок, ну, Зайчонок, выходи, я тебе морковку дам!

— Нет, не выйду. Ты Лисёнок, и я тебе не верю.

— Я не Лисёнок. Я Белочка.

— А почему у тебя тогда голос как у Лисёнка?

Много проделок натерпелись доб-
ропорядочные зверята от Лисёнка-плу-
тишки. Медвежонок даже обменял всю
собранную малину на капустную ягоду.
А Вы как думаете, капустная ягода —
это вкусно?

И решили Зайчонок, Ежонок,
Медвежонок и Белочка Лисёнка-то
проучить...

В общем, как и бывает всегда в сказ-
ках, всё кончилось хорошо. Победили
добро, дружба и честность. «Никогда и
никого не спасает плутовство», — таков
итог сказки.

Артисты используют открытый
прием вождения кукол. То есть появля-
ются вместе с ними на сцене. И делают
так, что герои становятся совершенно
живыми. И уже через пару минут все
совершенно не замечают тех, кто сказ-
кой управляет. Такая уж судьба артистов
этого театра — быть всегда в тени свое-
го персонажа. И чем профессиональнее
кукольник владеет своим искусством,
тем меньше мы смотрим на него и тем
сильнее верим его кукле. Перед нами
просто Ёжик, который разговаривает,
улыбается, моргает, бежит, качается на
качеле — просто живёт в лесу. Как и
любой нормальный сказочный ёж. Эти
куклы — профессиональные штоко-
вые марионетки, с механикой, которая
и позволяет героям совершать все те
действия, которые делают их такими
реальными.

Чуть не забыла упомянуть про лягу-
шек, время от времени выпрыгивающих
из болота. Потрясающие персонажи
второго плана.

Но вот и закончилась финальная
песня традиционных и любимых лес-



ных героев. Двое рыжих, один
с морковкой, один колючий и
один косолапый отправились за
кулисы. Помашем им рукой. До
встречи в лесу!

Пора и ребятам ехать назад
в садик. Интересно, понрави-
лось ли им в театре? Маленькой
Яне больше всего пришлось по
душе Белочка и Лисёнок. Соне
все зверята кажутся хорошими.
А Илюше Зайчонок запомнился
больше других. На вопрос о том,
придут ли они в Театр кукол ещё,
ребята хором отвечают: «Да!»

P. S. На втором этаже театра
среди выставочных кукол стоит
конь. Деревянный, с тщательно
вырезанной гривой, мордой, копы-
тами — конь-качалка. У него есть
попона и настоящая уздечка. Мимо
него невозможно пройти. Он манит
к себе всех детей. Они идут к нему,
вытягивая вперёд маленькие ладош-
ки. И подойдя, мальчики и девочки
уже больше ничего не хотят. Только
стоять рядом с ним, прижимаясь к его
деревянной шее. Но есть один момент.
На коне, стоящем без стекла и оград
посреди зала, есть бумажная табличка:
«Руками не трогать». Строгая женщи-
на следит, чтобы указание на табличке
было исполнено. И только дети пони-
мают: это невозможно.



Уже в холле сидят и стоят они: герои сказок, спектаклей и народных преданий



На втором этаже театра можно посмотреть на кукол, которые больше не участвуют в представлениях



Воспитатели всегда рядом: и тёплые штаны снять помогут, и воды принесут, и впечатления выслушают



Этот конь не играл на сцене, но стал любимцем маленьких зрителей



Девочки и мальчики подходят к тем, о ком они много слышали, но до этого момента не видели так близко: к Мюнхгаузену, Карлсону и другим



Артисты театра говорят, что детская публика самая искренняя и благодарная



После трёх звонков в зал уже никого не пускают





Наука есть

Существует великое множество систем питания. Сторонники одной считают, что пища, нагретая выше 40 градусов, становится «неживой» и вредной, сторонники другой придерживаются мнения, что белки и углеводы должны поступать в организм раздельно... Всего в рамках одной статьи, конечно, не рассмотреть и даже не перечислить.

Мы обратились к нескольким педиатрам, чтобы услышать их мнения, как родителям организовать питание своего ребёнка. Мнения в чём-то сходные, в чём-то разные. Но все интересные и авторитетные.

Тамара Петровна Шабунина,

врач-педиатр высшей категории:

Все дети очень индивидуальные. Поэтому чтобы грамотно подойти к составлению меню для своего ребёнка, стоит проконсультироваться со специалистами. Однако существуют общие принципы здорового образа жизни: соблюдение режима труда и отдыха, комфортная психологическая обстановка в семье и детском коллективе, который посещает ребёнок, физическая активность, свежий

воздух, полноценный сон. Питание должно быть разнообразным, а продукты — безопасными и качественными. При этом пища должна не только удовлетворять потребность во всех необходимых веществах, но и способствовать здоровью.

Существуют нормы калорийности и состава пищи для детей разного возраста. Например, завтрак и ужин должны покрывать по 25% дневной нормы калорий, обед — 35%, полдник — 15%.

Приоритет должен быть у свежих, натуральных продуктов. Конечно, совсем исключить вредное практически невозможно, однако стоит постараться употреблять его как можно меньше.

Родителям стоит внимательно наблюдать за своим ребёнком. Некоторые проявления нездоровья могут быть связаны не только с болезнью, но и с неправильным питанием. Например, повышенная возбудимость, нервозность, быстрая утомляемость, снижение аппетита должны насторожить родителей. Стоит разобраться в причинах такого состояния, обратившись к врачам и сдав анализы. Возможно, достаточно будет подкорректировать рацион, чтобы всё пришло в норму. Одним из показателей здоровья ребенка является полноценное сбалансированное рациональное питание, соответствующее индивидуальным потребностям ребенка.

**Михаил Альбертович Суботялов, врач-педиатр,
кандидат биологических наук, доцент:**

В своей практике я руководствуюсь принципами аюрведы — науки о здоровье. По аюрведе, пища должна соответствовать индивидуальным особенностям организма, поступать вовремя (в зависимости от физиологических ритмов человека, а также с учётом некоторых правил) и быть высококачественной. Приём пищи должен быть осознанным.

Чтобы правильно составить рацион для себя или своего ребёнка, в первую очередь, надо определить конституциональный тип. Это можно сделать, прочитав специальную литературу или обратившись к специалисту.

Существует четыре основных группы продуктов, которые необходимо



регулярно употреблять человеку, чтобы быть здоровым:

- зерновые продукты (их выбор зависит от традиций региона проживания и от собственного вкуса),
- молоко,
- топленое масло,
- кисломолочные продукты.

Также в рационе обязательно должны быть овощи, фрукты, орехи, бобовые, масла, специи, зелень. При этом надо избегать еды, засоряющей организм: рафинированный сахар, чай и кофе, мясо, особенно красное.

Существует мнение, что в нашем холодном климате без мяса прожить невозможно, однако это не так. Все продукты делятся на согревающие и охлаждающие. В холодное время года достаточно употреблять продукты, обладающие согревающими свойствами (это, например пряности и специи). А необходимые животные белки и жиры в достаточном количестве поступают из молочных продуктов.

Покупая продукты, нужно внимательно читать их состав, обращать внимание на производителей. Главное, чтобы питание было разнообразным, чтобы в него входили уже перечисленные виды продуктов. Тогда все потребности организма будут удовлетворяться, и ребёнок будет расти здоровым.

то большой ещё
немножко потопал,
чтобы ежик его
услышал
и выгнул, —
и протянул
ёжик
обед с
ужинком.



А когда ёжик,
мотув
благодарно
головой,
уташил
завтрак к себе
(мама научила его,
что воспитанные
ёжики не едят
на ходу),

КНИЖКА-МАЛЫШКА

Сказку рассказала
Елена Смородина

Ёжика делала
Дарья Бехтенёва

Книжку рисовал
Андрей Гирка

Сказки «Акварели»

Доброе
утро,
Ёжик!

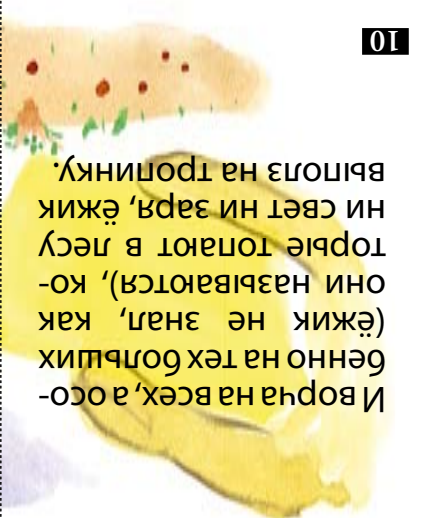


4



Однако вальтъя,
если уже все равно
не спишь, ёжик не
любил — так его вос-
питала мама.

01



И ворча на всех, а осо-
бенно на тех больших
(ёжик не знал, как
они называются), ко-
торые топчут в лесу
ни свет ни заря, ёжик
выполз на тропинку.

Человек шёл
по лесу



2

Погода в той сказ-
ке была совсем дру-
гая, чем на улице, —
тёплая.

А настроение такое
же, как сейчас, — ра-
достное.



15

11

Но, знаете, иногда не
ждёшь от жизни ни-
чего хорошего — и
напрасно.
Потому что этот са-
мый — большой и то-
паший — — протянул
ежику завтрак.



9

На улице дудл холод-
ный ветер, и ёжик
думал, что найти за-
втрак, обед и ужин в
лесу, который хоть и
весенний, но на са-
мом деле словно зим-
ний, будет трудно.



и нечаянно
разбудил
ёжика



14



3



с другой стороны,
вставать ёжику
не хотелось.

Он, конечно, плотно
поужинал, ложась
спать, но это было так
давно — в ноябре.
Если не есть с нояб-
ря по май, кто угодно
проголодается.

Ёжику давно пора
было вставать. Он
проспал весь апрель,
и если б не человек,
мог проспать и май.

Честно говоря,
ёжику сильно
хотелось
завтракать.

А заодно обедать
и ужинать.



Полчаса спустя ёжик
сидел у себя дома,
доедая обед и пред-
вкушая ужин, смотре-
л по маленькому
колючему телевизору
«Ежиные вести»

и вспоминал весен-
нюю сказку, которую
рассказывала ему
мама.



**Ирина Владимировна Матизен,
врач высшей категории, педиатр, гастро-
энтеролог Клиники НИИ физиологии СО РАМН:**

Здоровое питание — одно из условий здорового образа жизни. Для ребёнка это важно с самого рождения, с того момента, когда его приложили к груди матери. Исследования убедительно доказали, что женское молоко является естественным источником нормальных кишечных микробов (лактобактерии, бифидобактерии), а также служит источником поступления более ста биологически активных субстанций, среди которых неспецифические факторы защиты (лактоферрин, лизоцим, интерферон и другие), иммуноглобулины, макрофаги, активные лимфоциты, иммуноглобулин А).

Дети с трёхлетнего возраста кушают уже за общим столом. При этом надо



обращать внимание на то, чтобы питание было сбалансированным, соответствовало возрасту ребёнка, чтобы соблюдался режим (минимум четыре-пять раз в сутки, через определённые промежутки времени). Питание детей до семи лет не должно содержать жирного, жареного, острого, жгучих приправ, заведомо вредных продуктов вроде чипсов или газированных напитков. Также необходимо ограничить употребление лука и чеснока, сладостей.

В каждой семье существуют свои традиции питания, и не всегда родители покупают только «правильные» продукты. Однако надо помнить, что у ребёнка при недостатке белков, жиров, витаминов, микроэлементов могут возникнуть проблемы со здоровьем. При этом необходимо понимать, что не все «традиционно полезные» продукты полезны всем без исключения. Например, существует синдром лактазной недостаточности, и такой, казалось бы, бесспорно важный продукт как молоко страдающим им людям не подходит.

Чтобы правильно составить рацион для своего ребёнка, стоит проконсультироваться с врачом. Он подскажет, что необходимо конкретному маленькому человеку, чтобы расти здоровым.

Обед по-акварельски



Однажды мы решили посмотреть, как в «Акварели» на Первомайке готовят обед. Хотите заглянуть на кухню вместе с нами? Здесь много посуды и огромная плита



На второе — отварная гречка и куриный гуляш. Первую повар промывает и варит, второй — нарезает и тушит с соусом и специями



Главный человек — Людмила Николаевна Мельникова



В хлопотном деле приготовления обеда всегда рады помощникам



Колдовать над мисками и кастрюлями она начинает с раннего утра. Причём готовит не только завтрак, а сразу же начинает заниматься и обедом. Сегодня в меню суп с домашней лапшой, которую Людмила Николаевна ловко нарезает острым ножом из таких вот «блинчиков»



Вместе сделали красивый и полезный салат



Кстати, если у кого-то из деток аллергия на определённый вид продуктов, входящих в меню, ему готовят отдельную порцию



Одновременно с обеденными блюдами Людмила Николаевна начинает готовить ужин — замешивает тесто для кулебяки



А теперь можно попробовать, что получилось



Обед готов. Последний этап — разложить его по кастрюлькам для каждой группы



М-м-м-м, вкусно!

Фото Александра СВИРЦЕВСКОГО

Мне вон ту
розовую,
со стразами!..

Разговор с экспертом
о книжках для малышей



Пластилин Андрей ГИРКА



Наш собеседник — Марина Семеновна Аромштам, писатель, кандидат педагогических наук, эксперт по дошкольной литературе. Еще она журналист, главный редактор газеты «Дошкольное образование» (Москва) и лауреат российской премии «Заветная мечта» 2010 года за книжку «Когда отдыхают ангелы».

Марина Аромштам 19 лет проработала учителем начальных классов, с 2000 по 2007 год курировала инновационные проекты дошкольных учреждений.

Книжки детям не игрушки

Многие взрослые — издатели, педагоги, родители — считают, что книжки для детей должны быть блестящими и яркими. Мы уверены, что самая первая детская книжка должна быть игрушкой, и хотим с ее помощью приобщить ребенка к чтению. А приобщаем... к игре с книжкой.

Исключение — абсолютный шедевр, книга Эрика Карла «Очень голодная гусеница». Она доползла до России спустя многие десятилетия после появления. Эрик Карл, арт-директор рекламного агентства, нарисовал свою вторую книгу «Очень голодная гусеница» в 1969 году. С тех пор он так и

выступал в книжках в качестве художника, писателя и дизайнера одновременно.

Знаменитая «Гусеница» — это около двадцати страниц, двести с небольшим слов, яркие картинки и драматичная история жизни ...насекомого. В понедельник только что появившаяся на свет гусеница съела одно яблоко, во вторник — две груши, в среду — три сливы... И так далее, пока у нее не заболел живот, а сама она не стала толстая как сарделька. Но вот гусеница справилась с недомоганием, завернулась в кокон, передохнула пару недель и превратилась в прекрасную бабочку.



На страничках «Очень голодной гусеницы» есть дырочки, куда читатели-малыши обожают засовывать пальчики. Тоже игра? Да, но игра, связанная с чтением! Малыш «прогрызает» фруктики вместе с гусеницей.

Ребенок должен обнаружить в книжке приметы, объединяющее его с персонажем. Маленькая гусеница хочет есть! И малыш отлично знает, что голод — это неприятно. Еще он хочет стать большим... как гусеница, когда из нее получилась бабочка. «Голодная гусеница» — книжка, которая задает перспективу.

«Гусеницу» читают детям с полутора-двух лет. Стилистика рисунков может показаться взрослым странноватой, но ребенку эти картинки понятны.

У Эрика Карла ещё есть детские книжки, где он иллюстратор и автор одновременно: «Морской конек», «Снежный сон» и другие. В них мало текста, чудесные рисунки, ненавязчивая дидактика и точная адресация маленькому читателю.

«...после прочтения этой супер-книги я поняла, что данная книга ну просто необходима!!! А гусеничка поможет

узнать ребенку столько всего! И о своем жизненном цикле расскажет, и про дни недели, и про продукты питания, и считать потренирует, и мелкую моторику можно развивать параллельно с чтением. Советую приобретать эту книгу именно в небольшом формате в картонной обложке. Твердые странички износоустойчивы и очень удобны, чтобы пальчиком изображать, как прогрызает дырочки во фруктиках эта самая голодная гусеничка! :)»

Состязание с телевизором

Книжки-раскладушки и книжки-панорамы появились в 50–60-е годы. С одной стороны, они демонстрировали простую мысль, что книжки нельзя рвать. С другой, объемная картинка, которая вырастает на глазах ребенка, облегчает знакомство с содержанием и делает более емким восприятие.

Правда, в книжках-панорамах текст всегда дается в сокращении. По-хорошему, сначала надо бы прочесть ребенку полную версию сказки, а потом взяться за панорамную книжку. А лучше всего — пересказать ему историю по картинкам.

Хотя есть и книжки-панорамы, и даже книжки с анимационными эффектами, где

снова автор — и художник, и писатель. В них мало текста, они, как правило, прекрасно выполнены и, значит, дороги. Это скорее подарочное издание, чем ежедневный «хлеб» чтения. Что ж, сегодня изменилась среда обитания книги. Ей приходится конкурировать с компьютером, плеером, телевизором. Книга Гвидо ван Генехтена «Потому что я тебя очень люблю» в таком состязании может победить. Это книга о маминой любви. И так же, как в книжке про гусеницу, малыш почувствует общее между любопытным медвежонком и самим собой.

Гвидо ван Генехтен — самый популярный в Бельгии детский художник и автор — завоевал сердца малышей во всем мире. Его книги продаются в более чем 30 странах. Абсолютным бестселлером является «Потому что я тебя очень люблю» (более 200 тысяч проданных экземпляров). В 2007 году художник отмечен премией журнала Readers Digest «Лучшему иллюстратору детской книги». Изумительные иллюстрации Гвидо ван Генехтена в этой книге оживают благодаря объемным фигурам, которые разработал всемирно известный бумажный инженер Кис Моербик.

Сделана книга и просто, и сложно одновременно: развороты, на которых небо, снег и два медведя — мама и сын. Фигуры движут-

ся: они вместе ловят рыбу, медвежонок выглядывает, катается с горки... История как будто бы ни о чем. Вот он сын, вот она мама, вот так они просто живут себе и живут. Вот так малыш привычно для всех мам задает множество вопросов, и вот он спрашивает, почему он белый. Потому что это самый красивый и подходящий для медведей цвет, говорит мама. А был бы я красивым, если бы был желтым? (синим, зеленым, красным...)

— Да, — говорит мама.

— А почему?

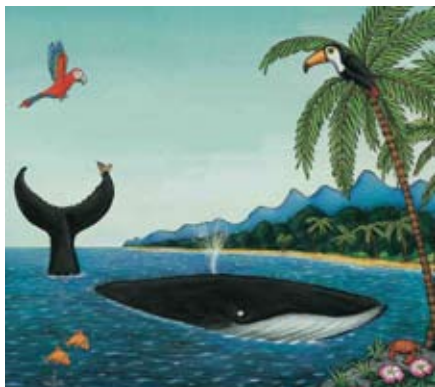
— Потому что я тебя очень люблю!

Такая простая медвежья обыденность, такая же, как наша человечья, в которой есть острое осознание того, что любовь превыше всего...

Что такое хорошо

В самом деле, что же такое хорошая и плохая детские книги? Книжка для ребенка нехороша, если она промахнулась мимо адресата. Если, например, хорошие картинки адресованы одному возрасту, а не менее хороший текст — другому. Детская книжка — целостное произведение. И ребенок, слушая чтение и рассматривая картинки, занимается сложным видом умственной деятельности.





ти: он переводит содержание истории с одного языка на другой.

Мы с вами подошли к разговору о книжках для пятилетних детей (хотя и малышам они нравятся). Мы поведем речь о сказках в стихах современной английской писательницы Джулии Дональдсон с иллюстрациями Алекса Шеффлера. Ее книги с явным вкусом и удовольствием перевела писательница Марина Бородицкая. Из отзывов родителей в интернете: «переведено рифмично, симпатично, понятно и интересно».

Сказок в стихах кроме произведений Пушкина, Ершова и Чуковского в нашей литературе нет. Хотя именно сказки в стихах — их ритм, рифма — помогают малышам осваивать родной язык.

Мы расскажем о двух книгах Дональдсон — «Груффало» и «Улитка и кит». Герой «Груффало» — маленький мышонок, который живет в лесу. Чтобы спастись от лисы, совы и змеи, он придумывает себе страшного друга — чудовище Груффало. А потом Груффало оказывается... существующим на самом деле!

И мы снова вспомним про отождествление ребенка с героем книжки. Детям очень близки проблемы маленьких и уязвимых созданий. Сам Груффало — это абсолютная квинтэссенция всех страхов ребенка. И вот этого ужасного монстра маленький слабый

мышонок, оказывается, может обхитрить. А значит, остаться победителем!

«Улитка и кит» получила международную премию как «Лучшая сказка для чтения вслух». Простая история о том, как маленькая улитка сначала путешествовала с большим китом, а потом спасла его. Экологичная сказка. И очень тонкая диалектичная история о взаимоотношениях больших и маленьких, о том, что не всегда хорошо быть самым-самым!

Из отзывов родителей:

*«Помимо прекрасного издания и добрых стихов хочется отметить ещё пару развивающих **полезностей** этой замечательной книжки. Маленькие читатели смогут по ходу чтения получить информацию о разнообразии этого мира, о небе, о подводном мире, о погоде, о том, что есть места на земле, которые здорово отличаются друг от друга: где-то лежит снег, где-то есть вулканы, где-то горы и т. д.»*

Но вообще-то читать художественную литературу надо не только ради информации, а потому, что в ней, как сказал один великий русский психолог, — незаменимый опыт человеческих переживаний.

Р. С. Мы можем попросить Марину Аромштам в следующем номере рассказать о книжках для шестилеток и для школьников. Если эта тема вам интересна, оставьте сообщение на нашем сайте: www.akvarell.ru.





1 Ваша первая любимая книжка (ваша, а не вашего ребенка).

Анастасия Хай, мама Гоши,
2 года 6 месяцев, «Аквапель-1»

- 1 Толстая книжка «Русские народные сказки».
- 2 На Золушку, как любая девочка. Хотела хрустальные туфельки и принца.

Ольга Бахметьева, мама Кости,
3 года, «Аквапель-2»

- 1 «Колобок».
- 3 В Красную Шапочку.

Светлана Легостаева, мама Андрея,
6,5 лет, «Аквапель-2»

- 1 Самая любимая книжка в детстве — сборник сказок. Очень любила все сказки, перечитывала в библиотеке в основном их. Определенно не могу сказать, какая именно была самая любимая, читала взахлеб все!
- 2 В детстве, наверное, все девочки, хотят быть похожи на принцесс.
- 3 Читая любую сказку, переживала весь сюжет мысленно, как будто участвовала в нем сама. Похищение принцессы, заточение ее в замок и спасение ее принцем от злых врагов... Так мы играли на своей большой деревянной игровой детской площадке, где у нас были даже двухэтажные деревянные замки, избушки, качели и прочие детские радости.



2 На какого книжного героя вы в детстве хотели быть похожим/похожей и почему?

Яна Брюханова, мама Полины,
2 года 1 месяц, «Аквапель-2»

- 1 «Малыш и Карлсон» А. Линдгрен.
- 2 На Айболита, так как он был очень добрым и лечил животных.

Евгения Анцупова, мама Александры, 6 лет, «Аквапель-2»

- 1 «Кошкин дом» (глубокое детство, по воспоминаниям мамы), сказки Пушкина, «Волшебник изумрудного города» А. Волкова и вся эта серия (начальная школа).
- 2 На Элли (см. выше), потому что хотелось таких же невероятных приключений.

Олег Плаксин, папа Жени,
4 года 5 месяцев, «Аквапель-3»

- 1 Сенека Младший «Нравственные письма к Луцилию».
- 2 Нравился Буратино, но похожим быть не хотел.

Юрий Платонов, папа Глеба,
6 лет, «Аквапель-3»

- 1 «Приключения Тома Сойера и Гекльберри Финна» М. Твена.
- 2 Естественно, на Тома Сойера.



КОНЕК-ГОРБУНОК

3 В кого из книжных героев вы в детстве играли?

Иван Полухин, воспитатель «Аквапели-2»

- 1 «Конек-Горбунук» Ершова.
- 2 На Ивану-царевича, потому что он красивый, смелый и сильный.

Татьяна Кошелева, методист «Аквапели-2»

- 1 «Муха-Цокотуха» Корнея Чуковского.
- 2 На Красную Шапочку, потому что её шапочка нравилась.

Ольга Королёва, воспитатель «Аквапели-1»

- 1 «Малыш и Карлсон» А. Линдгрен.
- 2 На Василису Прекрасную, потому что у нее в «Царевне-лягушке» была большая красивая корона, очень красивый костюм и она много чего знала.
- 3 Я, когда была совсем маленькой, любила говорить волшебные слова Емели из сказки «По щучьему велению» по дороге в садик, чтобы вызвать нужный троллейбус, и троллейбус сразу приезжал. А я была просто счастлива!

Оксана Чингаева, мама Насти,
7 лет, медсестра из «Аквапели-1»

- 1 Сказка «Крошечка-Хаврошечка», мама читала мне ее перед сном.

Екатерина Сивак, мама Дмитрия,
2,5 года, «Аквапель-2»

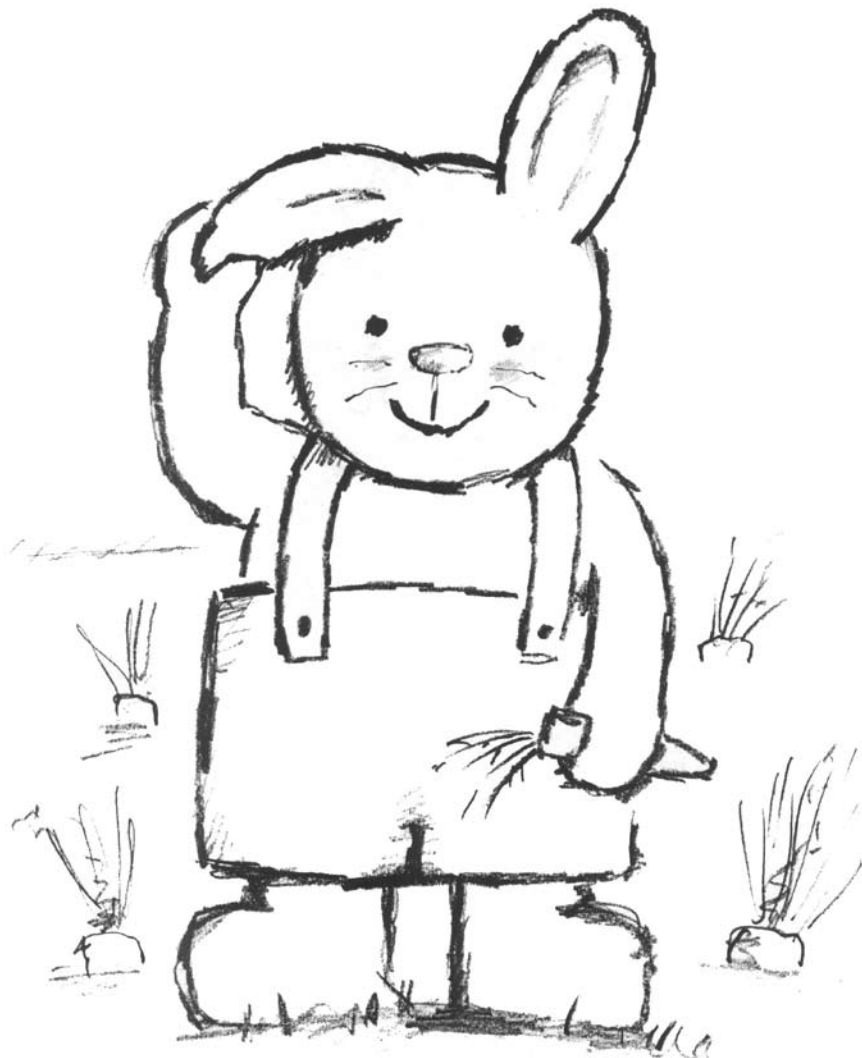
- 1 Льюис Кэрролл «Алиса в стране чудес».
- 2 На Алису, потому что она была красивая, умная, вежливая, приветливая, доверчивая, безгранично добрая и очень любила животных.



Какого цвета морковка?



Гвидо ван Генехтен не только замечательный иллюстратор детских книг (см. о нем на стр 22). Он еще и щедрый художник. Гвидо разрешает всем детям просто так скачать с сайта его картинки. И раскрасить их по своему вкусу. Раскрасьте этого зайчика — тогда мы узнаем, какого цвета морковка.



Вот так йоги!

Йога в детском саду? Я была настроена критически. Мой опыт занятий йогой дал понять, что эта древняя практика требует концентрации внимания, сосредоточенности, она помогает забывать на время занятий о повседневных заботах. Для взрослого горожанина йога — прекрасный способ сохранить душевное и физическое здоровье. Но дети?! Великий педагог и писатель Януш Корчак, говорил в одной шуточной книжке: «Ребенок... взорвется, если ему придется долго сидеть на одном месте!». Потому что внутри у каждого малыша такой моторчик, который требует движения. И удержать его в бездействии без аварии можно очень ненадолго. Да и зачем?

Через пять минут занятий я пожалела, что в руках у меня фотокамера и что я здесь на работе. Потому что очень захотелось присоединиться к группе и немножко позаниматься. Знакомые упражнения, которые в йоге называют



Иногда помощь инструктора необходима



Поза героя лежа. Ее «нельзя выполнить без внутреннего героизма»



Игры на мелкую моторику и координацию — тоже йога



Поза лука научит прямо держать спину



Поза бабочки — одна из самых полезных в йоге

асаны, малыши под руководством инструктора (и воспитателя «Акварели») Натальи Топорковой выполняли играючи. Не потому что упражнения оказались слишком легкими — ничего подобного, усердия здесь требовалось не меньше, чем в любом другом деле. Но полчаса йоги Наталья превратила в игру. Вот вокруг выросли горы — это ребята выполняют одну из базовых поз йоги «собака мордой вниз», еще ее называют «горкой». А вот между горами постро-

или мостики — и дети застывают на несколько мгновений в известной еще с уроков физкультуры и совсем не легкой «позе планки». Потом на одной ножке вырастают деревом и не колышутся под ветром. Потом дети превратятся в бабочек. И сыграют в игру с червяками и жадной голодной птицей.

Впрочем, это лучше увидеть. А еще лучше — попробовать заниматься вместе с детьми дома, закрепляя навыки, полученные в саду.

Что же дает йога детям? Наталья Топоркова отвечает: то же, что и взрослым. И гибкость, и координацию, и выносливость. И привычку к здоровому образу жизни. И даже возможность отдохнуть в конце трудного... чуть не написала рабочего... детсадовского дня. Развитие и обучение — процесс необходимый. Но нелегкий. В йоге есть понятие «успокоить ум». Сегодня малыши нуждаются в этом, может быть, не меньше взрослых.

«Приплыла к нему рыбка, спросила...»

Дорогие ребята!

Вы знаете «Сказку о рыбаке и рыбке» Александра Сергеевича Пушкина? Помните, попалась старику в сети рыбка, которая исполняла его желания? Правда, в сказке желаний было всего три. Потом рыбка уплыла в море и больше не появлялась.

А вот такая рыбка никуда не уплывет. И, говорят, она тоже исполняет желания. Мы ее попросили, чтобы этот номер журнала получился красивым. И она помогла. Попробуйте и вы попросить такую рыбку о чем-то хорошем (плохие желания рыбка не исполняет).

А сделать ее очень просто. Даже объяснять не надо, верно?



Тихие ангелы



В моём доме поселились ангелы. Вот такие.

Чтобы сделать таких же, вам понадобится немножко вдохновения и чуть-чуть терпения. А ещё: лист бумаги; прозрачная пластиковая папка; витражные краски на водной основе; серебряный контур по стеклу; пластмассовое кольцо; нитки; карандаш; кисточка; ножницы.



1 Итак, начинаем. Отгибаем часть листа бумаги и рисуем на нём половинку ангела.



2 Вырезаем, разворачиваем и получаем такую фигуру.

Накрываем фигуру ангела одной стороной папки и обводим все линии контуром по стеклу. Верх головы и кисти рук прорисовываем отдельными линиями. Также отделяем контуром крылья и трубу, рисуем глазки, носики и ротки.



3 Чтобы контур был тонким и ровным, надо держать тюбик близко к папке, но не касаясь её. Неудачные линии легко стираются ватной палочкой или влажной салфеткой, пока картинка не высохла.

Рисуем таким образом пятерых ангелов. Сушим контур на воздухе два-три часа или феном около десяти минут.



4 Аккуратно вырезаем ангелов по внешней стороне контура, немного сгибаем их по центру, отгибаем руки и трубы.



5 Раскрашиваем ангелов витражными красками: волосы и трубы у нас жёлтые, крылья белые, а одежда бирюзовая. Ждём, пока краска высохнет, или снова используем фен.

При выборе красок обратите внимание, что они бывают двух видов. Те, что после высыхания становятся плёнкой и снимаются с основы, нам не подойдут. Нужны краски, которыми рисуют на стекле (обычно они продаются в магазинах товаров для художников. У меня краски фирмы «Marabu»).

Выбирая контур, посмотрите на носик тюбика. Лучше, если он будет тонким и с маленькой дырочкой, тогда контур ляжет аккуратнее.

Пластмассовое кольцо (я взяла внутреннюю часть пальцев для вышивания) можно заменить любым другим, деревянным или металлическим, какое найдётся.



6 Собираем мобиль. Связываем вместе пять ниток. Одну пропускаем по центру кольца, четыре распределяем по сторонам. Несколько раз оборачиваем нитками колечко и завязываем узелки, чтобы конструкция была ровной и прочно держалась. На концы ниток на разной высоте привязываем ангелов.

Мобиль готов. Осталось только выбрать место, где будут жить ваши ангелы.



КТО КОМУ ДРЕССИРОВЩИК?..

Вчера мы заспорили: когда люди дрессируют собак, то, может быть, это на самом деле собаки дрессируют людей? Просто собаки приучают людей давать им всякие вкусности за какие-нибудь ерундовские прыжки и повороты, которые сделать нормальной собаке ничего не стоит?

Вот мы и хотим предложить вам попробовать самим заняться дрессировкой своей собаки. Или собаке дать возможность немножко подрешировать вас. И посмотрите, кто победит. Надеемся, дружба.

Советы по взаимной дрессировке друг друга нам даст Наталья Дурова. Вы знаете, кто такие Дуровы? Дрессировщики, писатели, герои? Сейчас расскажем.

Более 600 лет продолжается дворянский род Дуровых. Пра-пра-прабабушка Натальи Юрьевны, прославленная кавалерист-девица Надежда Дурова, первая в России женщина-офицер, была великолепной сочинительницей. Ее дед Владимир Леонидович знаменитый клоун, дрессировщик, художник, музыкант, также известен как писатель. Когда-то он в собственном доме в Москве создал зверинец, который теперь носит гордое имя: Московский



Собака не виновата!

Вы пришли домой в плохом настроении и не заметили бросившуюся к вам собаку. А собака всё-таки навязчиво вертится перед вами. Вы, рассердившись, в сердцах крикнули на неё. Собака расстроена: без вины наказана — она забивается в угол. Это повторяется один раз, другой, и собака уже не радуется встрече с вами. Она становится запуганной и угрюмой. Так своим невнимательным подходом дрессировщик может испортить животное. Поэтому мы рекомендуем вам быть всегда подтянутыми, сдержанными и не переносить на животное своё плохое настроение.



Инна Гамазкова

Дрессировщики

Наташка рыбку учит плавать.
А Вовка чижика — летать.
Андрей собаку учит лаять
И кошку — молоко лакать.

А у меня — ни рыб, ни птицы...
Учу я лампочку светиться.
Включаю, выключаю снова —
Все понимает! С полуслова!

театрально-концертный центр «Страна чудес дедушки Дурова».

Сама Наталья начала выступать в аттракционах отца Юрия Владимировича с четырех лет. О животных она знает все, потому легко управляет с труппой четвероногих и пернатых «артистов», среди которых — слоны и верблюды, бегемоты и собаки, лисы и вороны... Главный секрет успеха Дуровых-дрессировщиков прост: надо любить животных, и они будут платить тем же.

А теперь советы Натальи Юрьевны Дуровой:

Как научить собаку здороваться

Собака сидит на тумбе. Сосредоточивайте её внимание на подкормке (кусочек мяса или сахара). В этот же момент берёте её лапу. Тут же, не выпуская лапы из своей руки, кормите собаку. При этом говорите: «Здравствуй». После нескольких репетиций слово «здравствуй» у вас станет таким же сигналом, как и взмах протянутой руки. Достаточно вам будет протянуть руку, как собака тотчас положит в неё свою лапу.

Берём барьер!

Барьер сделайте таким, чтобы поперечную планку можно было поднимать и опускать на любую высоту.

Начинайте с наименьшего расстояния от пола, которое собака просто перешагнёт. В руке у вас подкормка, но, чтобы её получить, собака должна преодолеть препятствие, которое представляет собой барьер. Собака тянется за кормом и перешагивает планку барьера, после чего получает корм.

Постепенно высоту барьера увеличивайте. Подкормка идёт со звуковым сигналом «ап!» при прыжке. Подобным же образом заставляют собаку прыгать в обруч.



Детский центр «Акварель», www.akvarell.ru

- ул. Котовского, 7/2;
- ул. 1-я Механическая, 5а;
- ул. Сибиряков-Гвардейцев, 27/1.

Тел.: 375-35-95, 314-51-34