



№2 (17)  
ноябрь  
2016



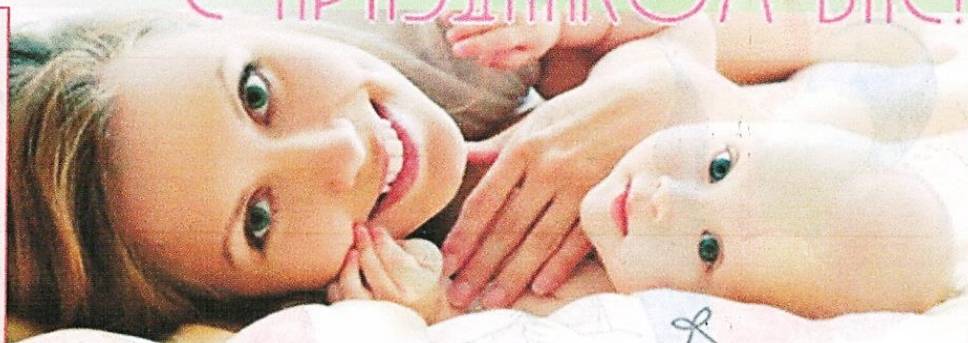
Газета для любознательных родителей



Милые! Дорогие! Любимые!  
С ПРАЗДНИКОМ ВАС!

**Читайте в номере:**

Поздравляем наших мам!	2
Главное слово!	3
Маленький шеф-повар: готовим для мамы	4
На зарядку вместе с мамой	4-5
Идеи подарков для любимых мам	6
Стихи о маме	7
Игры и опыты на кухне	7
Самые маленькие МАМЫ!	8



С Днем  
матери!

Мама – начало всех начал,  
Любови и мудрости причал,  
Светоч добра и пониманья,  
Символ труда и созиданья.

В день матери мы Вам желаем  
Хранить тепло души сто лет,  
Здоровья, счастья без страданья,  
Прожить богато и без бед!



**Театральная афиша**

КЦ «Бачатский»: Театрализованная игровая программа «Приключения Буратино»

9 ноября

Ансамбль «Родники» г. Новосибирск: Музыкальная сказка «Данилка и волшебные гусли»

22 ноября

**ДОРОГИЕ НАШИ МАМЫ И БАБУШКИ!  
ОТ ВСЕГО СЕРДЦА ПОЗДРАВЛЯЕМ ВАС  
С ДНЁМ МАТЕРИ!**

**МАМА! САМОЕ ПРЕКРАСНОЕ СЛОВО  
НА ЗЕМЛЕ! МАМА! ЭТО ПЕРВОЕ СЛОВО,  
КОТОРОЕ ПРОИЗНОСИТ ЧЕЛОВЕК,  
У МАМЫ САМЫЕ ДОБРЫЕ И ЛАСКОВЫЕ  
РУКИ, ОНИ ВСЁ УМЕЮТ. У МАМЫ САМОЕ  
ВЕРНОЕ И ЧУТКОЕ СЕРДЦЕ,  
В НЁМ НИКОГДА НЕ ГАСНЕТ ЛЮБОВЬ!**





Мама – это Оля, а Оля –  
это мама  
Ярослав Захаркин, 3 года

Мама – это самый дорогой  
человек  
Самира Мидарова, 5 лет

Мама – это наш человек,  
которую дети должны  
так называть  
Дарья Дикун, 5 лет

Мама – это  
родитель  
Юлия Цын, 6 лет

Я хочу пожелать своей маме,  
чтобы она никогда не болела и  
ее в школе слушались дети  
Полина Голубина, 6 лет

Я хочу, чтобы мама была  
красивая и не кашляла  
Павел Ефименко, 4 года

Мама самая любимая,  
хорошая, умная, она  
приносит конфеты и игрушки  
Ярослав Макаревич, 4 года

Мама - первое слово  
каждого ребенка  
Евгения Киушкина 6 лет

Мама золотая и у нее  
золотые руки  
Дарья Куприс, 6 лет

Мама работает, мне  
покупает киндеры, и  
делает все в телефоне  
Настя Сосновская, 3 года

Мама – это человек,  
который о тебе заботится  
и любит  
Эля Карманова, 6 лет

Мама - это человек, которая  
нас родила и ухаживает  
Ангелина Прыткова, 5 лет

Мама – это чудо, она  
меня родила  
Зоя Овчинникова, 4 года

Мама заботится о детях  
Алена Мартынова, 4 года

Мама нас вырастила,  
чтобы мы в школе хорошо  
учились  
Лера Кох, 6 лет

Хочу, чтобы моя мама  
жила вечно  
Семен Захаров, 6 лет

Устами ребенка

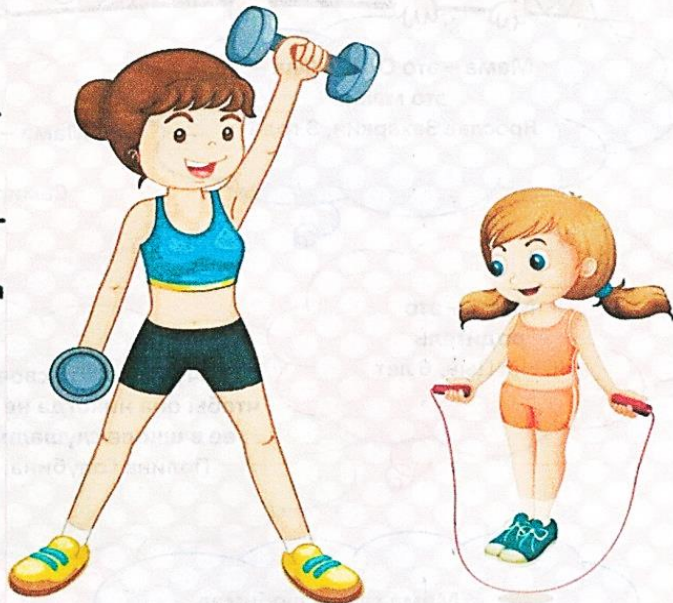


# Неболейка



## На зарядку вместе с мамой

Помните, как поется в песне про маленьких непосед: «...А у меня внутри вечный двигатель, вечный бегатель, вечный прыгатель...». Но несмотря на это, сегодня большинству детей не хватает физической активности. И не удивительно, ведь раньше дети проводили все своё свободное время на улице – бегая, прыгая, играя в «сачочки» и «колдунчики», лазая по деревьям. Теперь же больше внимания уделяется интеллектуальным занятиям, а физическим нагрузкам и прогулкам остается, увы, совсем немного. Недостаток физических упражнений может сказаться на здоровье детей, если не сейчас, то в дальнейшем. Как же привлечь детей к занятиям физкультурой в домашних условиях? Конечно, в первую очередь, мама (а желательно еще и папа) должны стать непосредственными участниками этих занятий. Во-вторых, учитывая то, что все дети любят веселиться, нужно включить в эти занятия привлекательный фактор. В-третьих, использовать с ребенком разнообразные игры, которые поднимут ваш и его уровень энергии.



### Витаминный салат к маминуму обеду



Готовим без ножа с 4-5-ти лет!

Ингредиенты:

- Тертый сыр — 100 г.
- 1 ст/л раст/масла.
- Половинка лимона.
- Горсть кедровых орешков (очищенных).
- 10 крохотных помидорок черри.
- Листья зеленого салата (вымытые).
- Зелень — по вашему вкусу.

Инструкция:

- 1.Складываем в широкую салатницу помидорки.
- 2.Посыпаем ядрами орехов и тертым сыром.
- 3.Сверху рвем чистыми руками зелень и салатные листья.
- 4.Выжимаем на салат сок половинки лимона.
- 5.Немного солим, чуть-чуть перчим и поливаем всю эту красоту растительным маслом.



Салат готов!

## Пальчики оближешь

Маленький шеф-повар: готовим для мамы

### Яичница Сердечко — маме на завтрак

Ингредиенты:

- 2 сосиски.
  - соль,
  - слив/масло.
  - яйца (2 шт).
  - зеленый лучок
- и салатные листья — для «декора».



Инструкция:

- 1.Разрезаем каждую сосиску (не до конца!) вдоль.
- 2.Выворачиваем ее «внутренностями» наружу и аккуратно закрепляем острый уголок нашего сердечка с помощью зубочистки.
- 3.Разогреваем сковороду, растапливаем масло и легко обжариваем сосисочное сердце с 1-й стороны.
- 4.Обжарилось? Переворачиваем и вбиваем прямо в центр сердца яйцо.
- 5.Не забудьте посолить.
- 6.После приготовления выкладываем «сердце» лопаткой на листья салата и украшаем красным перцем.

Ну, какая мама откажется от такого завтрака!

### Коктейль банановый — невозможно оторваться!

С таким напитком справится любой ребенок, которого мама уже подпускает к блендеру.

Ингредиенты:

- 2 банана.
- 400 мл молока.
- Корица.
- 200 г сливочного пломбира.



Инструкция:

- 1.Складываем в блендер мороженое.
- 2.Добавляем к нему нарезанные бананы.
- 3.Заливаем продукты молоком.
- 4.Взбиваем до полного измельчения бананов.
- 5.Что дальше? Обмазываем края бокалов бананом (не переусердствуйте) и, перевернув, обмакиваем в корицу — то есть, украшаем ободки бокалов.

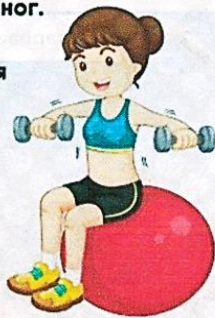
Остается лишь разлить по бокалам коктейль и подать на стол!

Предлагаем вам несколько совместных спортивных игр для мамы и ребенка (3-7 лет).

Перед их началом желательно сделать небольшую подготовительную разминку, которая настроит организм на «спортивный» лад. С этой целью выполните упражнения для «разогрева» мышц шеи, плечевого пояса, груди, спины, живота, рук и ног.

В конце можно провести дыхательную гимнастику, дабы помочь организму вернуться в спокойное состояние.

После разминки приступайте к выполнению основной части занятия. Для начала выберите 3-5 упражнений, которые вы будете выполнять в этот день, а затем постепенно добавляйте новые, замещая отработанные. Каждое упражнение повторяется 5-10 раз.



**Игра «Над пропастью».** Сядьте на стул, поставьте себе на колени малыша лицом к вам и возьмите его за руки. Скажите ребенку, что ему нужно пройти по двум шатающимся мостикам над глубокой ямой и постараться не упасть в неё. Теперь, то разводите свои колени в стороны, то снова сводите их вместе. Малыш будет двигаться вместе с вашими ногами, стараясь сохранить равновесие и не свалиться с «мостов».

**Игра «Растяжка для мамы».** Сядьте на пол, согнув ноги в коленях и соединив ступни. Возьмите малыша за руки. Он осторожно становится ногами на ваши колени и тихонечко подпрыгивает на них, прижимая их все ниже и ниже к полу.

**Игра «Я выше».** Встаньте напротив друг друга и возьмитесь за руки. По-очереди подпрыгивайте вверх – то мама, то ребенок, то мама, то ребенок. При этом тот, кто подпрыгивает, говорит: «Я выше», а другой в свою очередь отвечает: «Нет, я выше» и т.д.

**Игра «Я ниже».** Встаньте напротив друг друга и возьмитесь за руки. По-очереди приседайте вниз: то мама приседает, а когда встает – ребенок. При этом тот, кто приседает, говорит: «Я ниже», а другой в свою очередь отвечает: «Нет, я ниже» и т.д.

**Игра «Цапля».** Предложите ребенку попробовать себя в роли цапли. Встаньте напротив друг друга и возьмитесь за руки. Одновременно с малышом поднимите и согните в колене по одной ноге и вместе так постоит, поддерживая друг друга.

**Игра «Ласточка».** Предложите ребенку «полетать», как ласточки. Встаньте напротив друг друга и возьмитесь за руки. Затем одновременно с малышом наклоните туловище вперед, а одну ногу отведите назад, чтобы получились две «ласточки».

**Игра «Пролезь под мостиком».** Лягте на спину, обопритесь на полусогнутые ноги (стопы на полу) и руки (ладони рук на полу), поднимите туловище и сделайте «мостик». А малышу надо пролезть под вашей спиной несколько раз. Или похожее упражнение – вы принимаете «купор лежка» и приподнимаете туловище, чтобы внизу образовался туннель. Малыш пролезет под вами.

**Игра «Мы едем, едем, едем».** Сядьте с ребенком друг напротив друга, упритесь руками в пол за спиной, приподнимите ноги, чуть согнув их в коленях, и соедините ступнями. Делайте с малышом одновременный «велосипедик» – ваша правая нога выпрямляется, а правая нога ребенка сгибается в колене и приближается к груди, затем наоборот – левая нога ребенка выпрямляется, а ваша левая сгибается. Во время упражнения можно напевать песню «Мы едем, едем, едем в далекие края» и т.д.

**Игра «Привет!»** Встаньте друг к другу спинами. Если позволяет разница в росте – возьмитесь за руки. Выполните наклон вперед, чтобы увидеть друг друга между ног, скажите «Привет!». Встаньте, а затем снова наклонитесь. Это упражнение можно разнообразить прокатыванием друг другу мяча под ногами.

**Игра «Пистолетик».** Встаньте друг к другу спинами. Присядьте на корточки, соприкасаясь спинами. Протяните руки назад и обхватите ребенка руками (ребенок вас не обнимает). Скажите ему, чтобы вытянул вперед одну ногу (это дуло пистолетика, как в фигурном катании), потом поставил ее на место и вытянул вперед другую ногу. Теперь можно встать и передохнуть.

**Игра «Часики».** Вы садитесь на пол, вытягиваете ноги вперед. А ребенок напротив вас между вашими ногами лицом к вам. Возьмитесь за руки, расставив их в стороны, и начинайте покачиваться влево – вправо: «Тик-так, тик-так».

**Игра «Насос».** Обыграйте ситуацию, что вам надо полить огород с помощью насоса. Вы садитесь на пол, вытягиваете ноги вперед. А ребенок – напротив вас между вашими ногами лицом к вам. Возьмитесь за руки и начинайте ритмично наклоняться вперед – назад, перетягивая друг друга и как бы качая воду.

**Игра «Гол».** Вы садитесь на пол напротив друг друга на небольшом расстоянии, вытянув ноги вперед. Берете большой пляжный мяч и толкаете его друг другу ногами. Вы и малыш должны вовремя отталкивать мяч ногой, чтобы он не закатился в «ворота» между ног.

**Игра «Тачка».** Обыграйте ситуацию, что вы на стройке и вам надо перевезти песок (кирпичи или что-то другое) на «тачке». Малыш ложится на пол, а мама берет его за ноги и приподнимает их. Малыш переставляет ноги, двигаясь по комнате. Если ребенку 5-7 лет – можно отдавать ему команды – быстрее, медленнее, вправо, влево.

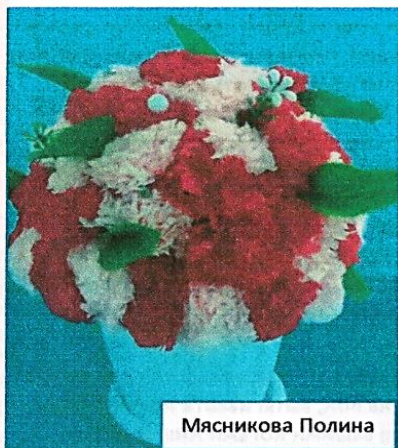
**Игра «Стойка на руках».** Можно попробовать представить себя летучими мышами. Малыш ложится на пол, а мама берет его за ноги и поднимает их вверх. Малышу нужно выстоять несколько секунд на руках, а можно попробовать и на голове (с маминой подстраховкой).

**Игра «Убираем игрушки ногами».** Это упражнение особенно подойдет для тех, кто не любит убирать за собой игрушки. Принесите невысокий таз с мелкими игрушками (чтобы их было удобно брать пальцами ног). Сядьте с малышом возле тазика, высыпьте на пол его содержимое. Предложите малышу по-очереди брать игрушки ногами и складывать их в тазик.

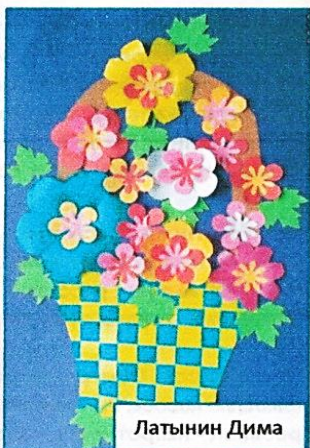


# Идеи подарков для любимых мам

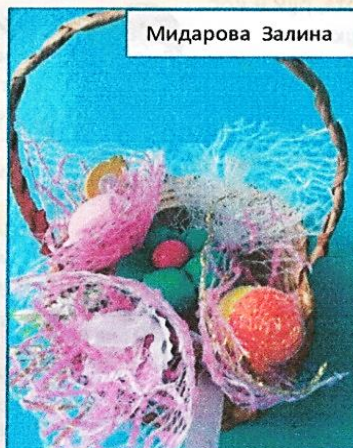
## Мастерилка



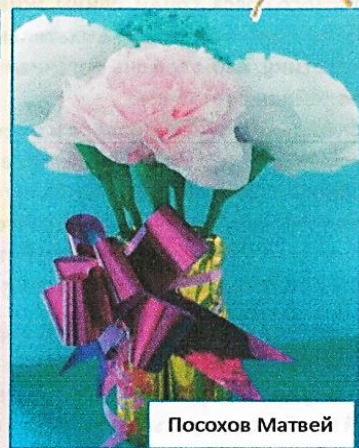
Мясникова Полина



Латынин Дима



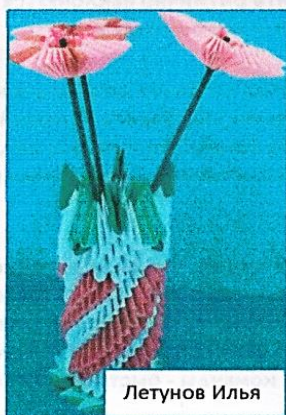
Мидарова Залина



Посохов Матвей



Шерстобитов Андрей



Летунов Илья



Студзинская  
Полина и Миля



Сафонова Даша



Веснина Алена



Мидарова Самира



Исакова Лиза



Никитин Марк



Шабанов Никита



Пустовалова Вика



Себельдин Илья



Коновалов Сергей



Зыкова Купава



Хекоян Сюзь



Якубенко Ваня



Молчанова Алиса



Бедарева Василиса

### Важное совещание, или что подарить мамам

Всё в лесу шумит, поёт -  
Праздник мамин настаёт!  
Нужно всем обговорить:  
Будем мамам что дарить?  
Скажут папы-обезьяны:  
- Купим мамам мы бананы!  
Чтоб варили круглый год  
Нам банановый компот.  
Скажут папы-хомячки:  
- Купим мамам мы крючки!  
Чтобы день-деньской до ночи  
Нам вязали свитерочки!  
Скажут-скажут папы-мишки:  
- Купим-купим мамам крышки!  
Купим баночки, коренья -  
Варят мамы пусть варенье!  
Ну а зайка на опушке  
Мчится вдаль, раскинув уши,  
Эй, постой! Куда же ты?  
- Я спешу купить цветы!  
Ведь зачем дарить крючки?  
Эх, вы, мишки, хомячки!  
Чтобы мамы отдохали,  
Чтоб как пташечки порхали,  
Будем-будем мам любить!  
Будем им цветы дарить!  
Так что хватит думать много!  
Все за мною в путь-дорогу!  
За подарком - самый час!  
Ждут с цветами мамы нас.  
А цветы где взять - найдём!  
К мамам с ними в лес пойдём,  
Праздник мам - ведь день  
большой...

Мам мы любим всей душой!

Автор: К. Авденко



## Читалочка



Мама с улыбкой  
Доброй и нежной.  
Мама с улыбкой  
Такой безмятежной.  
Слово с улыбкой  
Такое понятное,  
Даже не вкусное,  
Съешь как приятное.  
Хочется с нею встать  
На рассвете,  
Играть, заниматься,  
И знать все на свете!

Докторова Даша, 6 лет

### Главное слово

Какое самое первое слово?  
Какое самое светлое слово?  
Какое самое главное слово?  
Его никогда не напишут с ошибкой.  
На первой странице оно в букваре,  
Его произносят повсюду с улыбкой,  
И каждый малыш говорит во дворе...  
Какое самое первое слово?  
Какое самое светлое слово?  
Какое самое главное слово?  
Шепни его тихо, скажи его звонко.

Главное слово любого ребенка - «МА-МА»!

Автор: Н.Бромлей

### Мамин труд я берегу...

Мамин труд я берегу,  
Помогаю, чем могу.  
Нынче мама на обед  
Наготовила котлет  
И сказала: "Слушай,  
Выручи, покушай!"  
Я поел немного,  
Разве не подмога?

Автор: Н.Грозовский

## Игралочк



*Мамы всегда заняты каким - либо делом. Но большую часть времени они проводят на кухне. Как приготовить ужин и уделить своему ребенку внимание одновременно? Предлагаем вам игры и опыты на кухне*

### Юный дизайнер

Предложите ребёнку проявить фантазию, украшая ваши блюда. Подготовьте зелень, маслины, ломтики овощей, орехи, варенье и другие «материалы». Из них можно сделать смешные рожицы, цветы, выложить мозаику на приготовленном блюде, и так далее

### Картины солью

Многие из вас, наверное, видели и восхищались янтарными картинами, выполненными художниками. Подобное произведение искусства можно сделать, используя обычную поваренную соль крупного помола.

Пока на плите варится обед, нарисуйте вместе с малышом на листе картона зимний пейзаж. Нанесите кисточкой на крыши домов и ветки деревьев толстым слоем клей (лучше ПВА) и сверху посыпьте солью. Когда клей высохнет, неприклеившиеся остатки соли можно стряхнуть

### Фокус «Волшебная вода»

Покажите малышу фокус. Налейте в чашку немного воды, затем накройте её листочком бумаги. Прижимая бумагу рукой, переверните чашку вверх дном. Теперь, осторожно отведите руку. Вода не выливается! Фокус лучше проводить над раковиной

### Соломинки

Возьмите десять пластмассовых соломинок для коктейля, и бросьте на стол. Ребёнок должен осторожно собрать их по одной штучке так, чтобы не сдвинуть лежащие рядом. Посчитайте вместе, сколько соломинок удалось собрать, а сколько осталось?

### Настольный хоккей

Поставьте на стол поднос или картонную коробку от конфет (это будет хоккейное поле, углы – ворота). Дайте ребёнку горошину (мяч) и трубочку-соломинку от пакета с соком (клюшка). Пусть малыш поиграет в хоккей, пока вы занимаетесь делами. Эта «простая» игра тренирует ловкость и координацию движений

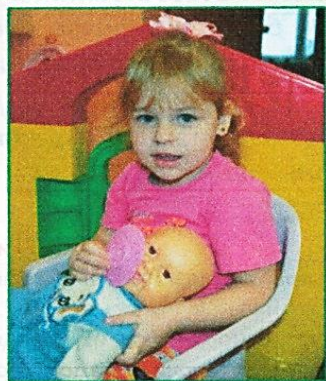
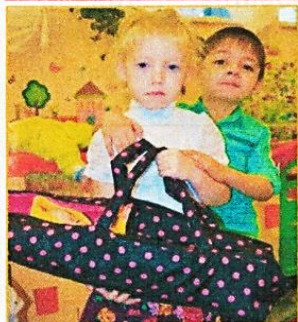
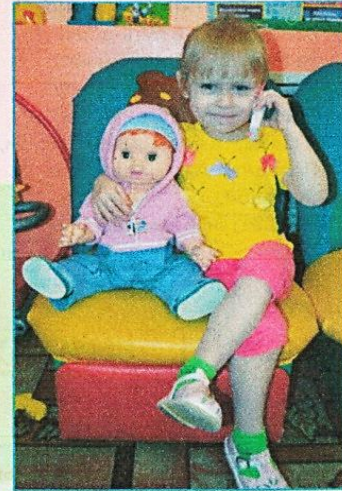
### Фокус «Радуга на салфетке»

Для опыта возьмите блюдце с водой, кусок белой бумажной салфетки, на которой цветными фломастерами нарисуйте квадратики. Когда опускаете салфетку в воду, то вода, благодаря капиллярному эффекту, начинает подниматься вверх – появляются цветные дорожки, красивая радуга. Детям можно объяснить, что водичка по цветным дорожкам побежала вверх



# Стоп - кадр

## Самые маленькие МАМЫ!



### Редакция газеты «Улыбка и К<sup>О</sup>»

Главный редактор, верстка  
Корреспонденты, репортеры

С.В. Новоселова, старший воспитатель  
Ж.В. Нарышева, воспитатель  
Л.Б. Салагаева, музыкальный руководитель  
Е.А. Веснина, воспитатель  
О.Д. Миронова, диетсестра  
Т.И. Власова, учитель – логопед  
О.Н. Компанец, учитель – логопед  
Е.В. Катанаева, педагог – психолог  
Е.А. Каргаполова, инструктор по физ. культуре  
А.Н. Кудинова, воспитатель  
Е.И. Мирошниченко, воспитатель

### Адрес редакции

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида №17 «Улыбка» города Гурьевска»  
652780, Российская Федерация, Кемеровская область,  
Гурьевский район, г. Гурьевск, ул. Ленина, 93А  
Телефон: 8 – 384-63-5-19-93  
Сайт: <http://gur17sad.ucoz.ru>  
E-mail: [burdinaln.detskiisad17@yandex.ru](mailto:burdinaln.detskiisad17@yandex.ru)