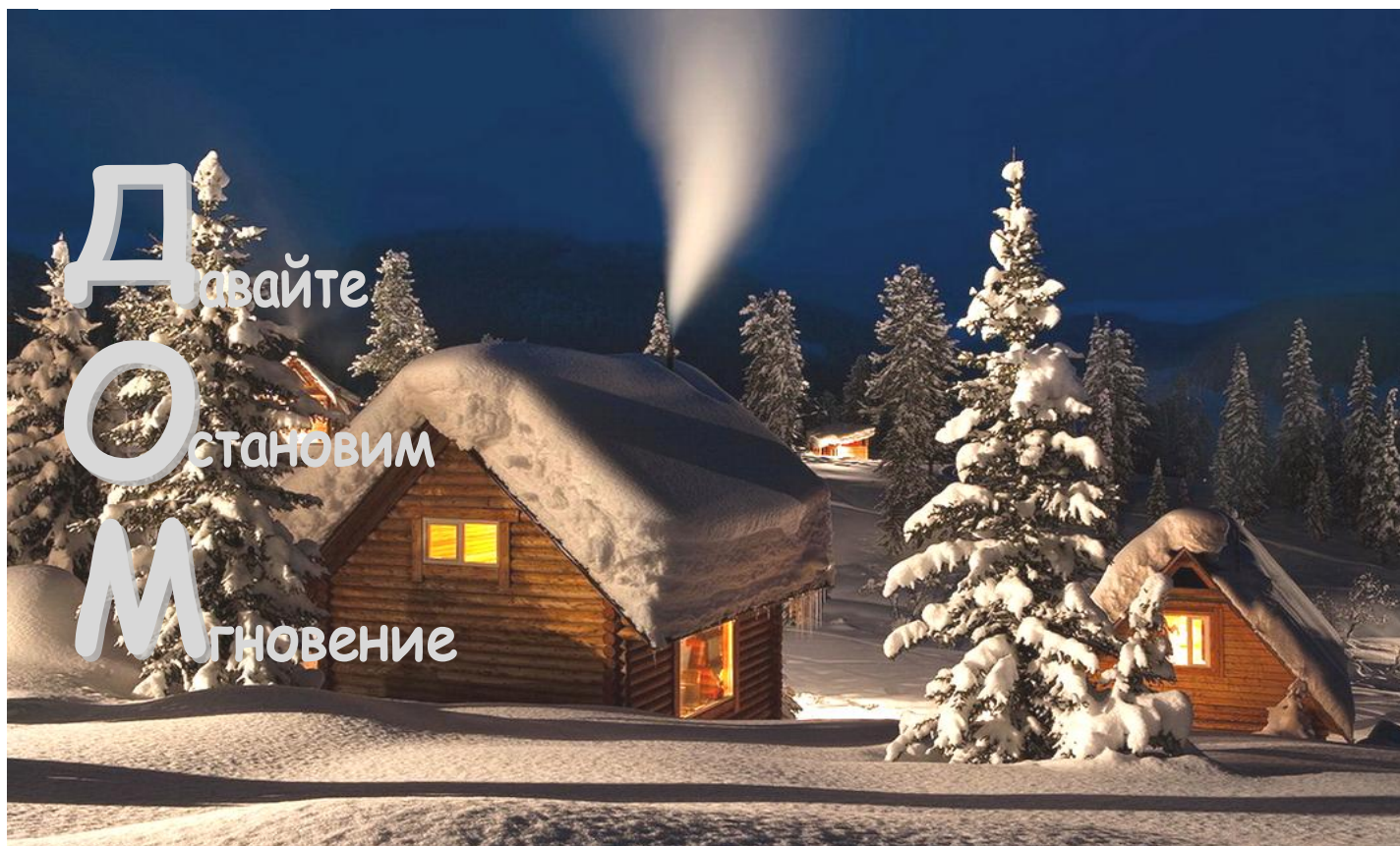




Краевое государственное казенное образовательное учреждение  
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей  
«Сосновоборский детский дом»

**№ 6 (55) ноябрь 2015г.**



Картинка с сайта [http://m.pikabu.ru/story/zimnyaya\\_skazka\\_3496443](http://m.pikabu.ru/story/zimnyaya_skazka_3496443)

Уважаемые ребята, коллеги!

*Зима, ноябрь и тихий вечер -  
Уютная пора.  
Морозный, зимний, снежный ветер,  
Домой вернулась детвора.*

*И белоглазые снежинки  
Искрятся в свете фонарей.  
Они кружатся, как пушинки,  
Садясь неслышно на людей....*

*Стихотворение «Зимний уют» (испрвл. ред.)  
по материалам сайта <http://21vu.ru/stuff/842/17812>*

В этом выпуске отражены основные события ноября, а также важная информация для будущих выпускников и всех тех, кто хочет сделать первый шаг в сторону благополучной самостоятельной жизни!

**55 выпуск** нашей газеты необычный.  
**Его подготовила 1 семья.** Все статьи написали **ребята**: Марина П., Валентина Х., Вера Д., Александр Д., Кинна Л., Дима В., Анатолий Р., Тимофей М. А помогли и руководили творческим процессом **педагоги**: Н.В. Анисимова, Е.Н. Путинцева, С.А. Обухова.  
**Рисунки в газете предоставлены педагогами** (Н.И. Бондаренко и Н.И. Куимова) **и малышами 2 семьи.**

**Официальный сайт:** <http://sosn-detdom.ucoz.ru/>,  
**Контактный телефон:** 8 (39131) 2-11-48, **E-mail:** [sdet24@mail.ru](mailto:sdet24@mail.ru),  
**Адрес:** 662500 Красноярский край, г. Сосновоборск, ул. 9 Пятилетки, д.13

## Коротко о событиях ноября...

Как показывает опыт, наши ребята могут успешно совмещать учебу, отдых и оздоровление. В первой четверти этого учебного года некоторые из них побывали в санаториях Красноярского края и поправили свое здоровье, краткий репортаж об этом читайте ниже.

Вообще **каждый воспитанник детского дома имеет возможность оздоровиться и поднять себе настроение.** Как спросите Вы? Очень просто! Ежедневно **делайте зарядку, закаливайтесь**, соблюдайте рекомендации наших медиков (читайте о здоровье в рубрике «Домовой»).

А настроение зависит только от нас самих! Новогодние репетиции под руководством педагога-организатора – Елена Владимировны Лиц, это не только труд, но и **приятное времяпрепровождения в кругу сверстников и интересных взрослых! Будьте активны!**

В санатории «Лесная школа» я училась уже несколько раз, и вот снова ездил туда на всю первую четверть. Очень много изменилось в «Лесной школе», но было по-прежнему интересно: я участвовала в концерте на открытии сезона, в весёлых стартах, в конкурсах. А на закрытии я читала стихотворение Эдуарда Асадова «Дорожите счастьем» и играла в сценке. Запомнился флешмоб «Танцуй добро». А ещё всем запомнился наш Данил Соболев, который играл в сценке роль кота, и все говорили, что он сыграл профессионально. Я очень старалась учиться, улучшила учебную успеваемость, теперь у меня несколько четвёрок и даже есть пятёрка.

*Валентина Х.*



В этом ноябре, вместе с Толей Р. и Максимом П. я ездил в санаторий «Берёзка», который расположен в городе Канске. Мы прошли много лечебных процедур и, конечно же, улучшили своё здоровье. Но больше всего мне понравились мероприятия и конкурсы, которые воспитатели сами для нас придумывали и проводили. Я нашла много новых друзей. Скучаю по дискотекам и подружкам! Хочу снова побывать в «Берёжке».

*Кинна Л.*



## Мое путешествие продолжается...



*Участие в интенсивной школе «Мое путешествие» - событие, ставшее традиционным для ребят нашего детского дома. Оно имеет свою историю. В свое время, бывшие выпускники учреждения, принимая в ней участие, имели возможность познакомиться с разными людьми, развить свои способности и раскрыть таланты.*

десятке лучших. Мне кажется, что такие поездки сближают детей, дают понять, что все мы единая команда. Спасибо вам, что предоставили такую возможность съездить и поучиться новому.

**Ответ детского дома:** Марина, спасибо, что пользуетесь этими возможностями. Надеемся, что во время таких поездок вы приобретете полезные для жизни навыки и знакомства. Вы молодцы!

Многие успешные профессиональные проекты, начинаются с обычно интереса, надеемся, так получится и у наших девчонок...подробнее об этом в заметки Веры.



В дни осенних каникул, Я и Марина ходили в досуговый центр «Радость» на курс «Ландшафтного дизайна», в котором мы делали проект и затем создавали улучшенную модель «Лесопарка». Также мы узнали виды дизайна. Проект был создан нами из подручных средств: краски, поролон, проволока, бисер. За нашу простоту и реалистичность наш проект получил 1 место среди всех учащихся курсов.

*Вера Д.*

С 09 по 13 ноября, мы с ребятами и нашим педагогом – Н.Ф. Казаченко ездили в г. Канск, в интенсивную школу «Мое путешествие». События всех проведенных дней складывались традиционно: в первый день - знакомство друг с другом; во второй день мы всей командой взбирались на гору за ограниченное

время. Хоть наша команда и не была первой, но все же нам было весело и интересно принять участие в этом соревновании.

Ежедневно все команды рисовали «Дневник». Так назывался наш плакат, на котором мы изображали то, что больше всего запомнилось в каждом дне. Продолжилась и наша традиция, представлять команду танцем.

И наконец, на третий день мы проходили дистанцию на ориентирование. Я заняла 3 место среди девочек, но Катюха и Альбина тоже были в

*Марина П.*

*Чтобы получить профессию Ландшафтного дизайнера нужно на «4»-ки знать: биологию (раздел «Ботаника»), геометрию, географию и получать удовольствие от рисования.*

*А еще договариваться с людьми, чтобы предлагать свои ландшафтные проекты.*

*Всему можно научиться!*

*Наши девчонки – пример!*

**Если Вы считаете, что боулинг – это шары и кегли,  
то Вы ничего не знаете про боулинг!**

Об истории этого интересной игры, нам расскажет *Александр Д.*

В один из дней каникул я и другие ребята ездили в боулинг- клуб в г. Красноярск. Так как я очень ждал поездку, дорога до города показалась короткой. В фойе клуба нам выдали специальную обувь. На каждую игровую дорожку встало по 3 человека, я играл вместе с Акулиным Колей и воспитателем 3 семьи Татьяной

Степановной.

В боулинг я играл первый раз, но сначала от моих бросков кегли разлетались в разные стороны, я лидировал. Но потом удача повернулась к Татьяне Степановне и в первом раунде победила она, как, впрочем, и во втором. Думаю, что в следующий раз я возьму реванш!

Зато теперь я узнал, что **БОУЛИНГ** - это игра, в которой спортсмен должен сбить определенное

количество кеглей специальным шаром, который катят по деревянной дорожке. Чем меньше шаров использовал игрок, тем лучшее его результат. Боулинг

является одной из самых древних игр на земле.

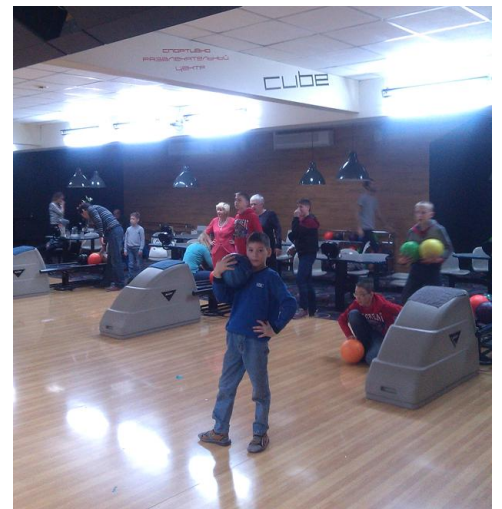
Элементы боулинга (шары и кегли) были найдены при раскопках территории Древнего Египта. Также неоднократно находили подобные кегли на территории Китая и Юго-Восточной Азии.

Необыкновенная простота и спортивный характер снискали боулингу заслуженную славу и в Европе. Сначала кеглей было всего 9. Их располагали квадратом по три на каждый ряд. Современный вид игры появился еще в конце 19 века. Именно тогда

были созданы правила и общие стандарты: размер дорожки, наличие 10 кеглей, специальный «дырявый» шар.

В 1895 году появилась и первая федерация боулинга - Американский Конгресс боулинга. В 1901 году состоялся и первый международный чемпионат по боулингу в г. Чикаго (США) и собрал 41 команду. Всенародную европейскую любовь боулинг приобрел в конце 30-х гг 20 века. В 1995 году и в России появилась Федерация спортивного боулинга России. Через три года, 11-12 апреля 1998 года состоялся Первый Чемпионат России по боулингу. Он

прошел в московском боулинг-клубе «Боулинг Алекс». На нем присутствовали помимо московских спортсменов спортсмены из Калининграда, Санкт-Петербурга, Новосибирска, Иркутска, Красноярска и Владивостока. В настоящее время в России наблюдается настоящий бум на этот вид спорта.





Ну и конечно, после школы и выполнения домашних заданий, обеда и полдника, самое время для прогулок. О том, как проходят прогулки в 1 семье, на страницах газеты нам поведают младшие ребята 1 семьи: *Тимофей М. и Дмитрий В.*



Дети нашей семьи любят гулять по городу. Последняя наша экскурсия была к сказочным героям Сосновоборска. Появились они за это лето и осень. Самыми последними «пришли» Чебурашка и Крокодил Гена. Мы поведем Машу и Медведя, Емелину Щуку, Львёнка и Черепашку, Собаку, которая давно ждёт своего хозяина. Не забыли и наших старых друзей – медвежат, Багиру и семью оленей. А вот у Золотой рыбки загадали желание и очень ждём, когда оно сбудется...

Кто-то получает удовольствие от прогулок и общения, а вот Анатолий Р., по мнению воспитателей 1 семьи и специалистов учреждения, которые не раз наблюдали его в различных театрализованных представлениях считают, что у этого мальчика есть актерский талант.

«... В нашей семье интересно проходят праздники и Дни рождения. Я всегда участвую в сценках, люблю танцевать...»

А ещё, чтобы быть здоровым и уметь все это делать, нужна тренировка, поэтому Толик любит делать зарядку и закаливаться!



*Анатолий Р.*

**Важная информация для будущих выпускников!**

**Уважаемый выпускник!**

У тебя последний год учебы в школе. Скоро экзамены и поступление в новое учебное заведение для получения профессии.

Иметь профессию важно. А точнее уметь делать что-то профессионально – важно. Уже сейчас у тебя есть возможность попробовать себя в разных делах и научиться делать что-то лучше других.

**Если,**



**То, будь уверен, что**

с тобой захотят общаться парни и девушки, и ты будешь производить приятное впечатление.

**Опрятные и вкусно пахнущие люди, всегда производят приятное и нужное им впечатление.**

**ты сумеешь договориться с любым человеком: своими родственниками, сослуживцами в армии, с коллегами по работе, с будущим мужем или женой, со своими собственными детьми.**

ты научился работать с информацией. **21 век – век информации (интернета). Люди, которые уметь работать с информацией смогут освоить любую профессию и устроиться на работу.**

ты научился **делать зарядку** качественно и **соблюдать гигиену;**

ты научился **договориться с людьми** разного возраста: малышами, взрослыми и сверстниками.

И с людьми разной профессии: воспитатель на семье, охранник, повар, заместитель директора и пр.

ты **научился учиться:** посещает школу, делаешь домашние задания, читаешь учебники и отвечаешь на уроках.

**Помни, жизнь в лице окружающих тебя людей: родственников, педагогов, друзей предлагает, но выбор всегда остается за тобой!**

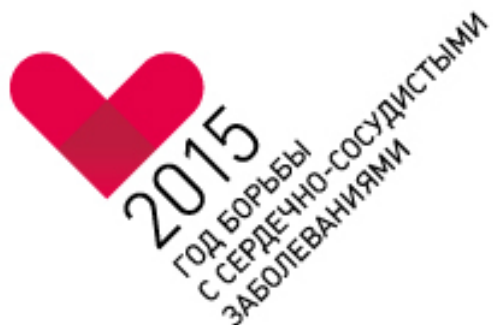
**Консультацию по вопросам общения и учебы, ты можешь получить у педагогов семьи и специалистов учреждения:**

Социальные педагоги: *Галина Николаевна Гнеушева, Ирина Анатольевна Путинцева.*

Педагоги-психологи: *Татьяна Сергеевна Прасолова, Надежда Сергеевна Плащинская.*

**Консультацию по вопросам здоровья ты можешь получить в медицинском пункте.**

## Мы за здоровый образ жизни!



Медицинской службой нашего учреждения проводится большая работа с воспитанниками по привлечению их к соблюдению здорового образа жизни!

Мы считаем, что он включает в себе многие составляющие: и психологическое здоровье, и физическое здоровье, а также умение противостоять негативным влияниям.

Так, в поисках альтернативы в учреждении прошел конкурс на лучший плакат, посвященный ЗОЖ.

История старая скажете Вы, но важнее не сам плакат,

а вклад каждого ребенка в его создание. Полюбуйтесь нашими работами и пропагандируйте ЗОЖ!



**Обязательно делайте зарядку и принимайте активное участие в занятиях нашей медицинской службы!**





### Основы здорового распорядка дня для подростков и молодежи

#### Гигиена

На гигиену нужно отвести хотя бы по 15 минут утром и вечером, чтобы умыться и почистить зубы. Желательно принимать каждый день душ. Полезна будет и элементарная зарядка. В выходные также следует подготавливать одежду на следующую неделю, т. е. успеть ее постирать, высушить и погладить.

#### Уроки, секции, гулянье

После учебы нужно отдохнуть 1- 1,5 часа, т.к. мозгу требуется время на восстановление сил.

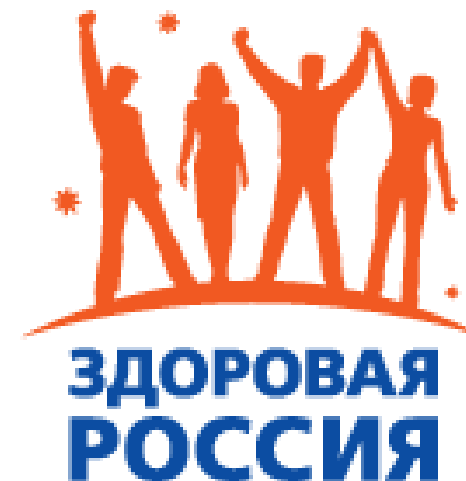
Придя домой пообедайте, а затем, сделай уроки, посети спортивные секции, поиграй в компьютер – **желательно именно в этой последовательности**. Если уроков слишком много, следует делать небольшие перерывы и чередовать устные и письменные, начиная с простых заданий.

#### Перед сном

Сон нужен для восстановления сил и улучшения настроения. Спать подростку необходимо 8–10 часов, значит, ложиться в постель следует не позже 22:00. За два часа перед сном, запрещается многочасовая компьютерная игра. Если подросток или молодой человек много времени проводит за компьютером, то сон будет прерываться, человек с трудом будет засыпать и просыпаться. Хотя бы полчаса перед сном следует дать мозгу отдохнуть, переключив свое внимание на более спокойные игры, чтение книги, журнала, прослушивание любимой музыки.

По материалам сайта «Здоровая Россия» <http://www.takzdorovo.ru/deti/rasporiadok-dnia-podrostka/>

Всё о здоровом образе жизни на сайте <http://www.takzdorovo.ru/>





# С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ!

От всей души поздравляем  
С Днем Рождения!  
Наших ноябрьских именинников!

С Днем Рождения,  
Дорогие Наши!  
Мы желаем ласковой судьбы!  
Чтобы жизнь Ваша была прекрасной,  
Исполняются пусть  
все все все мечты!

