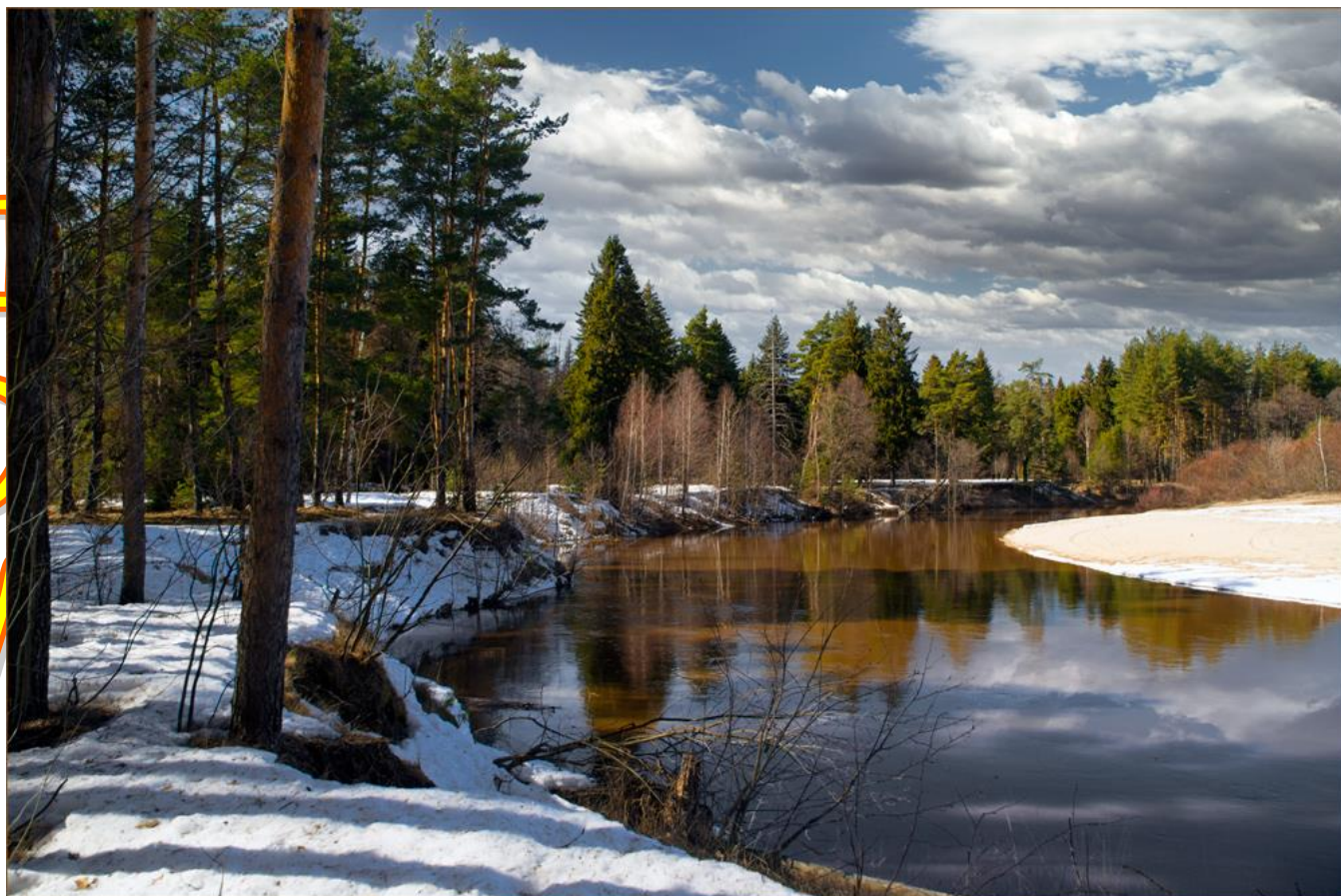




Краевое государственное казенное учреждение  
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей  
«Сосновоборский детский дом»

**№3 март 2021г.**

Д  
О  
М



Вскрылись  
Чёрные дороги  
Солнце греет горячо,  
Но в сугробе,  
Как в берлоге,  
Марту  
Дремлетя легко.  
По нему ещё  
На лыжах  
Пробегают смельчаки.  
Спит он сладко  
И не слышит,  
Что смеются ручейки.

**Читайте! Спрашивайте!**

**Будьте любознательными и активными!**

**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

## Календарь событий в январе

### 1 – Всемирный день комплимента

Достоверных сведений о том, кем и когда учрежден этот день, нет. Идея учреждения праздника понятна – сделать еще один из дней в году более ярким, тёплым, по-доброму запоминающимся и сближающим.

Девушки любят, когда мужчины отмечают их положительные внутренние качества и внешнюю привлекательность. Но говорить нужно от души и без лести.

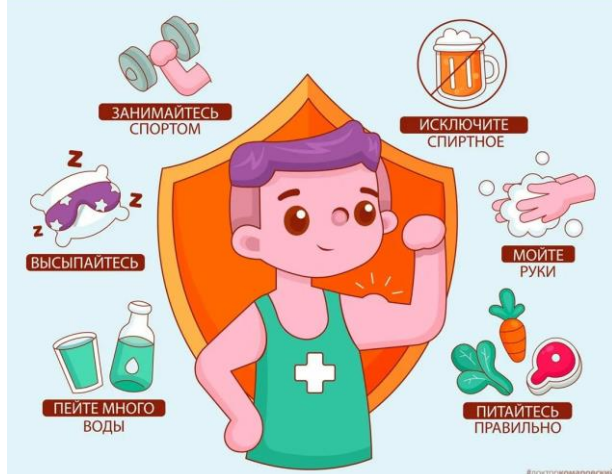
Ва-а-а--ууу!!!



...ты даже **ТАК**  
**красивая!!!!**

### 1 – Всемирный день иммунитета.

#### КАК УКРЕПИТЬ ИММУНИТЕТ?



Именно в начале весны проблемы, связанные с ослаблением функций иммунной системы в зимний период, выражены особенно ярко.

Иммунитет для человека – это невидимый щит, который не подпускает болезни к организму

#### Пословицы:

Береги платье снову, а здоровье...

Чистота - половина...

Болен – лечись, а здоров...

Двигайся больше – проживёшь...

Тот здоровья не знает, кто болен...

Забота о здоровье – лучшее...

#### Советы Вреднулькина

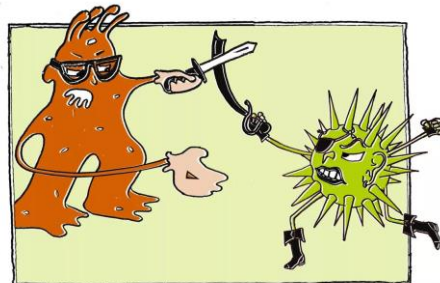
Я думаю, что мои советы помогут вам:  
Никогда не мойте руки,  
Шею, уши и лицо ...  
Это глупое занятие  
Не приводит ни к чему.  
Вновь испачкаются руки, шея, уши и лицо,  
Так зачем же тратить силы,  
Время попусту терять?

Грязная одежда, грязная кожа - слабое здоровье, а значит и иммунитет

По будильнику встаю,  
Одеваюсь, чай я пью  
И вприпрыжку в детский сад,  
Там играть я очень рад  
После сада погуляю,

Соблюдение режима – это тоже то, из чего строится наш иммунитет.

(ответы в следующем номере)



Дома в мячик поиграю,  
Все я выполняю сам  
Каждый день как по часам  
Коль по времени мы спим,  
Соблюдаем мы ...(режим)

Зарядка – это розовые щечки, это когда мы сильные, ловкие, смелые и веселые.

#### Лечебная гимнастика :

- Достаньте кончиком языка до подбородка и подержите его так от 3 до 10 секунд. Улучшается кровоток, лимфоток.
- Разминайте каждое утро шею. Медленными вращениями головы вправо и влево. Это упражнение действует на заушные лимфатические железы и защищает их от воспаления.
- Укрепить бронхолегочную систему позволит игра в «кинконга»: на выдохе мягко постукивать себя по грудной клетке кулачками, произнося звуки «а», «о», «у».
- Ходьба на массажном коврике по 1-2 минуты хотя бы пару раз в день.
- Морские округлые камешки облейте теплой кипяченой водой с морской солью и капелькой уксуса и ходите босиком по этим камешкам в течение 3-5 минут. Делать эту процедуру 2-3 раза в день.
- Полезен массаж ступней с маслами: по 2 капли масла эвкалипта, чайного дерева и лимонного дерева смешать с 20 мл любого масла – основы. Делать массаж 2-3 минуты.

#### Физкультминутка для малышей

Руки в стороны, в кулачок,  
Разжимаем и на бочок.  
Левую вверх! Правую вверх!  
В стороны, накрест.  
Хлоп-хлоп, тук-тук!  
Сделаем большой мы круг.  
Ноги вместе, ноги врозь,  
Ноги прямо, ноги вкось.  
Ноги накрест - опускайся  
И команды дожидайся.  
А когда скажу: «Вставай!»-  
Им рукой не помогай.

Ты хорошенько посмотри,  
Болезни все у нас внутри,  
И как начнём ослабевать,  
Тотчас начнём заболевать,  
Спасает нас иммунитет,  
Сильнее средства просто нет,  
Его ты лучше укрепляй,  
Напрасно не переживай.  
Он нас от хвори защитит,  
И все болезни победит,  
Чтобы себя не изнурять,  
Побольше надо отдыхать!  
Чтоб полноценно, долго жить,  
Здоровьем надо дорожить!

**Мы уже не раз говорили про питание в детском доме. Чтобы человек хорошо рос, развивался, ему необходимо каждый день кушать – питаться.**

#### Игра «Правильно-неправильно»: вместе с Обжоркой.

Слушайте внимательно,  
Делайте старательно.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.  
На неправильный совет  
Вы потопайте - нет, нет!  
1. Постоянно нужно есть,  
Для здоровья важно:  
Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу (дети хлопают).  
2. Не грызите лист капустный,  
Он совсем, совсем невкусный.  
Лучше ешьте шоколад,  
Вафли, сахар, мармелад (топают - нет, нет)  
3. Зубы вы почистили  
И идите спать.  
Захватите булочку  
Сладкую в кровать (топают - нет, нет).

8 – Международный женский день

История праздника 8 марта

Раньше женщины не имели права голоса. Считалось, что женщина должна заниматься хозяйством по дому, женщины даже не имели права учиться. Это им очень не нравилось и, конечно же, было обидно.

Однажды женщины собрались и решили устроить акцию, забастовку, где отстаивали свои права. Они выступали против детского труда, требовали хороших условий труда, хорошую заработную плату за свою работу. Они многого добились.

Именно этот день 8 Марта и стал для них и всех остальных женщин праздником. С тех пор, объявили женский день – 8 Марта. Женщины многих стран празднуют этот весенний праздник – 8 Марта. В этот день мужчины поздравляют всех женщин с праздником: дарят цветы, улыбки. И вы, ребята, не забудьте поздравить своих мам, бабушек и девочек.



Дидактическая игра «Назови ласково».

Мама (мамочка, мамуля, матушка).

Бабушка (бабуля, бабулечка).

Сестра (сестричка, сестрёнка).



**6 марта** в канун праздничных выходных мужчины нашего коллектива приготовили сюрприз: каждая женщина в этот день получила розу. Красиво украшенные столы со сладостями, приятные слова и комплименты в наш адрес, музыкальное поздравление – вот с чего начался наш рабочий день. **Огромное вам спасибо!**



Подарком для всей женской половины нашего дома стало выступление Образцовой эстрадной шоу-группы «Изумрудный город». Ребятишки покорили наши сердца своим выступлением!



Наши воспитанницы, под руководством Ломакиной М.М. приготовили своими руками подарки для женщин нашего коллектива.



## Пансионат «Новая жизнь»



Мы уже рассказывали, что наши воспитанники поздравили с Новым годом и Днем защитника Отечества бабушек и дедушек пансионата «Новая жизнь». Это были видео поздравления. Мы решили объединить усилия с коллективом «Изумрудный город» и приехали с концертной программой. С вечера девочки 3 и 5 семей стряпали блины, сотрудники принесли варенье. Дети никогда не были в заведениях такого типа и по дороге домой задавали

много вопросов. Тяжело видеть пожилых людей, оставшихся без внимания родных, поэтому ребят они встретили с радостью, подпевали и пусть, хоть на недолгое время, в их глазах светилась радость.



**№3 март 2021г.**

**8 – Начинается Масленица** – народный праздничный цикл, сохранившийся у славян с языческих времён и связанный с проводами зимы и встречей весны. Получила свое название от того, что в этот период времени – последнюю неделю перед Великим постом – разрешается употребление в пищу сливочного масла, молочных продуктов и рыбы.



В календаре Русской православной церкви называется Сырной седмицей. Дата начала Масленицы каждый год меняется в зависимости от того, когда начинается Великий пост (в 2021 году – 15 марта, следовательно, масленица – с 8 по 14 марта).

### 10 – Международный день крутизны

неофициальный шуточный праздник.

Идея праздника принадлежит американскому ученому Кевину Ловеру и его коллегам, проводится с 2008г.



10 марта – день рождения американского актера Чака Норриса, крутизной которого многие восхищаются: например, «Чак Норрис настольно заваривает чай, что заваривает Праздник». Праздник имеет девизом «Чак Норрис крутит крутизну» и проводится ежегодно.



**14 – Международный день рек или День действий в защиту рек и воды.**

Ранее – Международный день борьбы против плотин, День действий в защиту рек, воды и жизни.

Енисей — одна из крупнейших рек на Земле. Истоками этой реки считаются две малых речки: Большой Енисей (Бий-Хем) и Малый Енисей (Ка-Хем).

Течёт Енисей в основном по территории Красноярского края.

По площади своего бассейна равного 2580 тыс. км<sup>2</sup> река занимает 2-е место среди рек России (после Оби) и **седьмое место среди рек мира**.

Именно на Енисее построены самые мощные в Евразии гидроэлектростанции Саяно-Шушенская и Красноярская ГЭС.

Основные притоки:

Левые: Хемчик, Абакан, Кантегир, Кас, Кемь, Сым, Елогуй, Дубчес, Турухан, Большая

**№3 март 2021г**

Хета, Малая Хета, Танама.

Правые: Ус, Сыда, Кебеж, Туба, Сисим, Мана, Большой Пит, Кан, Ангара, Подкаменная Тунгуска, Нижняя Тунгуска, Бахта, Курейка, Дудинка, Хантайка.



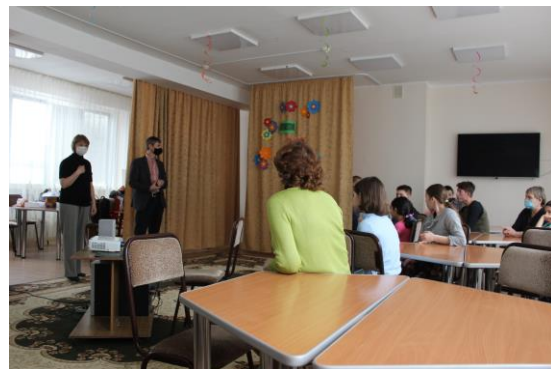
**31 марта** прошла встреча с представителем института леса им. В.Н. Сукачева СО РАН ведущим научным сотрудником, кандидатом биологических наук Егором Задереевым, который рассказал ребятам о своей деятельности, открытиях, сделанных на базе института. По словам ребят, особенно запомнился рассказ о фламинго, почему они такого розового цвета.

Представитель АН «Квадрат» Рябов Смен Сергеевич, являющийся системным администратором в области цифровизации, рассказал ребятам о структуре сайта, работе веб-дизайнера.

Встреча с волонтером «Добровольцы лесных пожаров» Игорем очень понравилась ребятам. В игровой форме вместе они разобрали причины возникновения пожаров в лесах, какие меры нужно предпринять, чтобы избежать гибели природы от огня.

Следующее мероприятие было посвящено экологическому воспитанию ребяткишек.

Блиц игра состояла из трех геймов. Ребята отвечали на вопросы о том, почему природа гибнет, рассуждали о причинах экологических катастроф, находили решения, как они могут на своем уровне помочь природе восстановить природный баланс.



---

---

## УРА! КАНИКУЛЫ!

С 20 марта в школах г. Сосновоборска начались весенние каникулы.

Каникулярное время решили посвятить профориентации воспитанников, не зависимо от возраста. В течение недели в музыкальном зале разместилась выставка «Путешествие в мир профессий», на интерактивной стене представлена информация о различных профессиях, учебных



---

---

**№3 март 2021г.**

заведениях и проходном балле для будущих абитуриентов. В музыкальном зале проводились мастер-классы по следующим профессиям: столяр, повар, медсестра, портниха, сварщик, слесарь-сантехник. Ребята не только смогли рассмотреть инструменты по каждой профессии, но и попробовать себя в разных ролях.

Вместе с парнями повар Лариса Викторовна приготовила виртуальный завтрак, обед и ужин. Диет-сестра Клавдия Ивановна обсудила с ребятами как правильно выбирать продукты в магазине, сроки хранения разных продуктов.



На мастер-классе у Александра Анатольевича инструктора по труду побывали девчонки. Игорь В.



рассказал о самой профессии, плюсах и минусах, где можно на столяра получить образование, какие инструменты нужны мастеру. В мастерской провел мастер-класс и изготовил подставку для кукольного театра, а вот потом за дело взялись девочки, и каждая попробовала рубанком извлечь стружку.

Швея Мария Михайловна рассказала ребятам о том, что такое выкройка, зачем нужен метр, как правильно подобрать одежду по размеру, чтобы она смотрелась эстетично и красиво, о трудностях и положительных моментах работы



портнихи. Мальчики попробовали прошить строчку на швейной машине. А еще ребята узнали, что





великие модельеры - мужчины, такие как В. Зайцев, В. Юдашкин и др., услугами которых пользуются знаменитые люди, артисты эстрады не только нашей страны. Навыки шитья необходимы любому человеку в быту.

Медсестра Федюшкина С.В. вместе с ребятами отработывала навыки первой помощи, поговорили о трудностях профессии, особенно связанных с прошлым годом, какими качествами должна обладать медсестра.

Роман Владимирович совместно с Георгием П., представили мастер-класс по профессии сварщик. Ребята внимательно рассматривали электроды, примеряли маску, слушали о том, где востребована данная профессия.

**№3 март 2021г.**

В марте наши воспитанники получили возможность посетить первенство мира по фристайлу и сноуборду, который проходил в г. Красноярске в кластере «Сопка». Огромное спасибо за предоставленные билеты. Ребята посетили смотровую площадку и другие объекты на территории кластера.

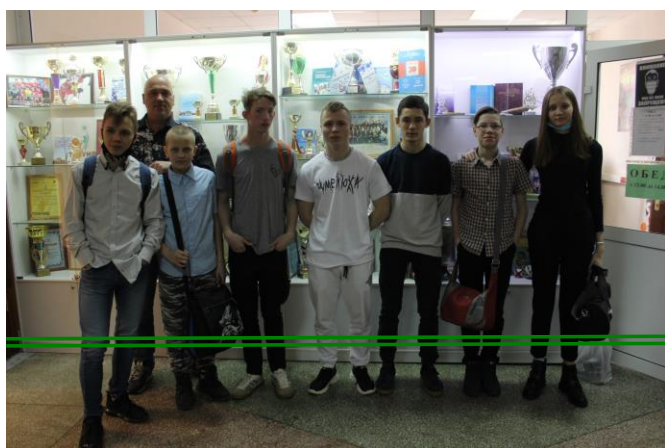


## День открытых дверей



С 22 марта по 6 апреля 2021 года в КГПУ им. В.П. Астафьева пройдет «День открытых дверей». Под руководством директора института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина Адольфа В.В. и старшего преподавателя кафедры педагогики КГПУ им. В.П. Астафьева И.Г. Озерец воспитанники КГКУ «Сосновоборский детский дом» получили возможность посетить кафедру института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина. Встреча началась с посещения физкультурного зала, где проходили игры по мини-футболу среди студентов университета. Наши парни вызвались на игру со студентами второго курса. Конечно, они старались, но опытные игроки – студенты их победили. Самое главное, что ребята не испугались ни зрителей, ни проигрыша и смело вышли на поле.

Мероприятие продолжила экскурсия в аудитории университета, где преподаватель рассказала о том, чему и как обучают на кафедре. Ребята включились в беседу и задавали много вопросов о том, как можно поступить в университет, какие экзамены сдавать, где и как проживают студенты и какая стипендия. После собеседования мы прошли в аудиторию, где проходил шашечный турнир. Один наш воспитанник сыграл



партию в шашки с директором кафедры Адольф Владимировичем Александровичем. Заинтересовала ребят лаборатория научных исследований физического состояния, где мальчишки измерили силу рук, силу мышц спины.

**№3 март 2021г.**

кафедры приготовили ребятам сюрприз и торжественно вручили Благодарственное письмо за участие в Дне открытых дверей института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина.

Пока шла экскурсия, преподаватели



Закончилась встреча чаепитием, которое для ребят организовали сотрудники института и беседой с В.А. Адольфом. Преподаватели показали, где найти информацию о поступлении и выразили желание через некоторое время увидеть наших воспитанников в числе абитуриентов и успешных студентов.

**Экскурсия в техникум**

18 марта состоялась обзорная экскурсия в КГБПОУ Сосновоборский механико-технологический техникум, который является центром профессионального образования машиностроения и металлообработки. Наши воспитанники посетили компьютерный класс, сварочный цех, цех со станками ЧПУ, цех по ремонту автомобилей. Техникум - это современный учебно-воспитательный комплекс, который имеет прекрасную учебно-методическую и материально-техническую базу



для подготовки по следующим профессиям: сварщик, технология машиностроения, монтаж и техническая эксплуатация промышленного оборудования, экономика и бухгалтерский учет, коммерция, делопроизводство, поварское и кондитерское дело. Ребята увидели, что в техникуме помимо учебной деятельности есть возможность развить свои способности, ведь студенты принимают участие в конкурсах различного уровня и занимают призовые места. На базе техникума проходил региональный этап соревнований профессиональных компетенций WORLDSKILLS. В настоящее время студенты подали заявку на участие в ежегодном командном конкурсе CNC MASTERS 2.0. в номинациях:



- лучший творческий проект по токарной и фрезерной обработке на станках с ЧПУ производства DMG MORI,
- лучший творческий проект, выполненный на универсальных станках!

**Главный приз – поездка в Германию!**

В апреле 2021 года состоится День открытых дверей, где все желающие смогут попробовать свои силы на мастер-классах представленных профессий и определиться с выбором своего жизненного пути.

**№3 март 2021г.**

## Равный равному

13 марта в нашем доме юбилей – 25 лет. Что такое для человека дом? Дом – это там, где вырос, где были приятные события и решались проблемы. Детский дом благодаря усилиям администрации, сотрудников, благотворителей с каждым годом приобретает все более красивый и современный облик. И нам, сотрудникам, при посещении других учреждений кажется, что Сосновоборский детский дом самый красивый и уютный, наши воспитанники самые лучшие.



В гости к ребятам пришли бывшие выпускники Сергей и Кристина. Они с раннего детства воспитывались в детском доме. Все самые важные этапы взросления, выбора профессии проходили в стенах детского дома. Сергей в Контакте на страничке написал следующее:

Сегодня мы с @maiami\_ss вновь побывали в Детском доме, доме где мы выросли и где нам дали лучшее воспитание❤️

Это место по праву - мой Дом! Дом, в котором всегда тепло и уютно. Дом, двери которого для тебя всегда открыты и где тебя всегда ждут❤️

Не важно где и с кем ты вырос, важно каким человеком ты стал сегодня. Я с уверенностью могу сказать, что моим педагогам удалось сделать невозможное! Каким я пришёл и каким я стал сегодня. Человека в человеке может сделать только любовь и заботливое отношение. Именно это и сопровождало всех нас в стенах этого замечательного дома🥰

Спасибо за лучшее воспитание, любовь и заботу! Люблю, ценю и помню❤️

И помните: «Самая главная в жизни профессия - быть ЧЕЛОВЕКОМ» Делайте больше добрых дел, воспитывайте в сердце любовь и храните память!

Ребята посмотрели видео обращение от выпускников, которые поздравили коллектив с юбилеем, видео ряд с фотографиями прошлых лет, а потом началось неформальное общение, где воспитанники задавали интересующие их вопросы.



Закончилась встреча чаепитием с традиционным для детского дома пирогом с брусникой.

---

---

### Путь к успеху

30 марта ребята побывали на экскурсии в музее – теплоходе «Святитель Николай». Ольга О.: «Мне очень понравилась выставка «Путь к успеху». Рассказывали о 12 людях, которые добились успеха. Я получила фантастические эмоции и у меня появилась цель в жизни». Алена Д.: «С палубы парохода «Святитель Николай» мы любовались прекрасными видами на р. Енисей. Во время экскурсии посетили каюту капитана и цесаревича Николая, нам разрешили звонить в колокол, постоять у штурвала». Карина Р.: «На выставке меня удивило то, что люди начали добиваться успехов с малого. Я решила для себя, что не надо останавливаться на достигнутом, а не смотря ни на что, двигаться к своей цели».

---

---

С Днём  
рождения!

# Именинники в марте

**Сотрудники:**

**Вихарев Владимир Витальевич**

**Воспитанники:**

**Посух Максим**

**Жуковская Замира**

Пусть будет мир таким,  
Как ты себе представишь!

И пусть исполнится сейчас  
Всё то, о чём мечтаешь!

Будь в мире всех счастливей,  
Красивей и умней,

И пусть удача любит  
Тебя ещё сильнее!



- Береги платье снову, а здоровье... (смолоду.)
- Чистота - половина... (здоровья.)
- Болен – лечись, а здоров... (берегись.)
- Двигайся больше – проживёшь... (дольше.)
- Тот здоровья не знает, кто болен...(не бывает.)
- Забота о здоровье – лучшее...(лекарство.)