

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида № 82»  
муниципального образования города Братска



# «ОРЕШЕК»

*ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ИХ ДЕТЕЙ*

**ИСТОРИИ НЫНЕ ПОДАРЕНЫ  
ВСЕГО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА  
ВЗЛЁТ.  
ИЗ КОСМОСА ЮРИЙ  
ГАГАРИН  
В ЛЕГЕНДУ НАРОДА ИДЁТ**



АПРЕЛЬ 2023 г





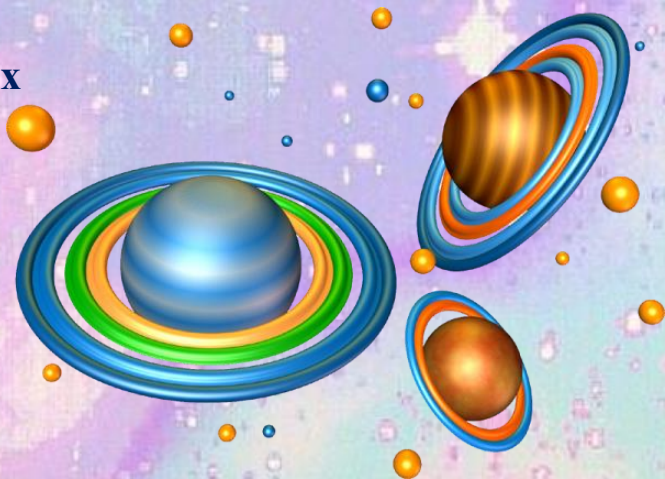
## РАСКАЖИТЕ РЕБЕНКУ О ДНЕ КОСМОНАВТИКИ

**12 апреля мы отмечаем День космонавтики – один из самых любимых праздников в нашей стране. Это неудивительно, ведь в детстве многие мечтали стать космонавтами и побывать в космос.**

Впервые праздник отметили в 1962 году, ровно через год после первого космического полета, совершенного Юрием Гагариным, а в 1968 году он получил мировое признание и обрел приставку «Всемирный». 7 апреля 2011 года на специальном пленарном заседании Генеральной Ассамблеи ООН, по инициативе более чем 60 стран, была принята резолюция, официально провозгласившая 12 апреля Международным днём полёта человека в космос.

### Что можно рассказать ребенку о космосе и космонавтике?

С давних времен люди мечтали научиться летать, как птицы. Мифический герой Икар сделал крылья из перьев и прикрепил их воском к спине. Ему удалось подняться высоко в небо. Но он слишком близко подлетел к солнцу, лучи солнца растопили воск, и Икар упал в море. С тех пор то море стало называться Икарыйское.





Люди и дальше пытались покорить небесное пространство. Сначала они поднимались в небо на воздушных шарах. Но ими не возможно было управлять. Куда дул ветер – туда и летел шар. Потом придумали дирижабль – управляемый воздушный шар. Он был очень большой и неповоротливый. Позже появились аэропланы. Потом самолеты и вертолеты.



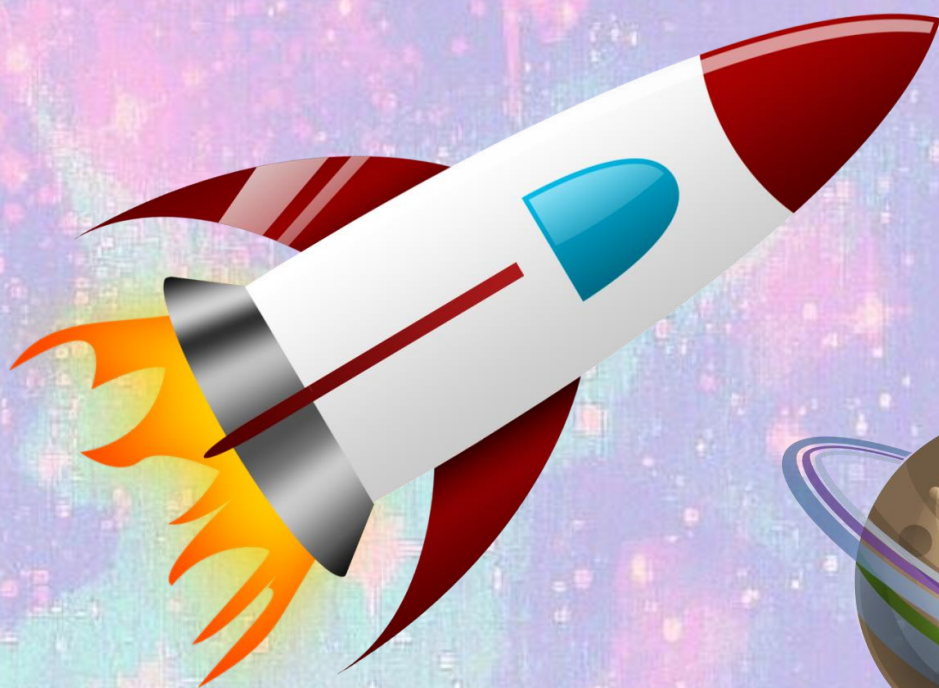
Однако люди не останавливались на достигнутом. Простой учитель Константин Эдуардович Циолковский придумал "ракетный поезд", прообраз современных ракет, на котором можно было бы долететь до звёзд и побывать на других планетах. Но, к сожалению, у Циолковского не было возможности изготовить этот аппарат. Только через много-много лет ученый-конструктор Сергей Павлович Королев сконструировал первую космическую ракету.



Но до того, как отправить человека в космическое пространство, нужно было убедиться, что это возможно. Сначала в космосе побывали мыши, кролики, собаки. Животных специально дрессировали, приучали не бояться тряски и шума, терпеть холод и жару. Первыми животными, совершившими орбитальный космический полёт и вернувшимися на Землю невредимыми, стали советские собаки-космонавты Белка и Стрелка.



После многих удачных полетов собак, решено было отправить в космос человека. Им стал Юрий Алексеевич Гагарин. 12 апреля 1961 года Юрий Гагарин на космическом корабле "Восток" облетел всю Землю и вернулся обратно живым и невредимым. Полет, продлившийся 1 час 48 минут, навеки вошел во Всемирную историю.



Источник:

[https://shkola7gnomov.ru/parents/eto\\_interesno/dosug/id/rasskazhite-rebenku-o-dne-kosmonavtiki/](https://shkola7gnomov.ru/parents/eto_interesno/dosug/id/rasskazhite-rebenku-o-dne-kosmonavtiki/)



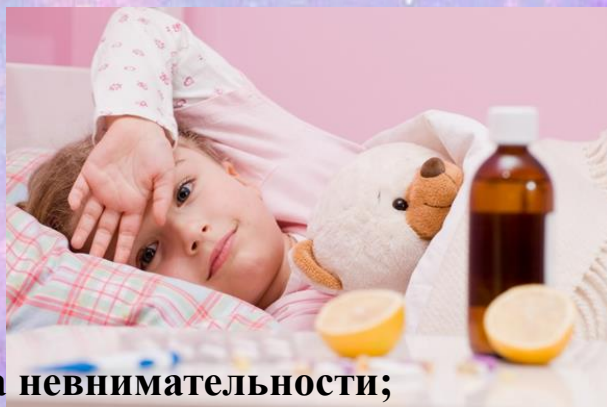
## **ВЕСЕННИЙ АВИТАМИНОЗ**

Уже наступила долгожданная весна: природа оживает, всё чаще появляется радующее нас солнце, а дорогу на работу сопровождает приятное пение птиц. Хорошее настроение может омрачить только физическое недомогание, связанное с недостатком необходимых для жизнедеятельности веществ. Обычный авитаминоз не так страшен для взрослых, как для детей, чей организм находится в активном росте. Весенний авитаминоз у детей – это частое явление. Долгое отсутствие в организме у человека определенных полезных веществ и минералов может вызвать задержку роста, умственные расстройства и гормональные сбои. Организм не «молчит» о нехватке необходимых веществ – врачи распознают авитаминоз у детей по внешним признакам

### **ОБЩИЕ СИМПТОМЫ АВИТАМИНОЗА**

Как выглядит авитаминоз у детей? Это можно узнать по нескольким признакам:

- слабость всего организма;
- невозможность разбудить ребёнка утром;
- вялость, сонливость быстрая утомляемость;
- ребёнок часто плачет;
- он рассеян;
- отсутствие аппетита;
- излишняя агрессия;
- тоска и грусть;
- ребёнок часто болеет;
- снижение иммунитета;
- плохие оценки в школе из-за невнимательности;
- кожа становится сухой и истонченной, часто шелушится;





- около рта возникают небольшие трещины;
- у ребёнка меняется вкус, возникают странные привычки (он ест песок);
- появление на коже розовых прыщиков;
- потливые ладони;
- возникновение трудностей с дыханием и в работе сердца.



## **ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ АВИТАМИНОЗА У ДЕТЕЙ**

**Чтобы предупредить заболевание, нужно понимать, из-за каких причин он появляется:**  
**генетические и экологические неблагоприятные факторы, скрытые хронические заболевания; проблемы с желудочно-кишечным трактом, с невозможностью усваивать витамины; болезни щитовидной железы; паразиты в организме; плохой обмен веществ; неправильное и/или однообразное питание, в котором нет овощей, фруктов и других продуктов, содержащих витамины; продолжительный приём лекарств; неблагоприятные условия жизни.**



# КАК ПОНЯТЬ, КАКОГО ВИТАМИНА НЕ ХВАТАЕТ В ОРГАНИЗМЕ?

Витамины детям при авитаминозе жизненно необходимы. Родители должны знать, как проявляется авитаминоз у детей. Для этого нужно обратиться к врачу. При осмотре ребёнка педиатр уточняет его рацион, предпочтения в еде и режим приёма пищи. Также при подозрении на дефицит витамина А доктор проверяет ночное зрение ребёнка, целостность кожи. Если десны кровоточат, и возникают частые гематомы – это подозрение на отсутствие витамина С. При этом врач может сделать вакуумный тест, чтобы проверить устойчивость капилляров кожи к нагрузке. Специалист оценивает количество возникших кровоподтеков и определяет, насколько витамин С в детском организме находится в дефиците. Здесь он может дополнительно назначить анализ крови. Первый признак недостатка витамина В1 или тиамина – отставание ребёнка от ровесников в росте, плохая память, вялость, низкий аппетит. Если белки глаз покрыты ярко выраженными сосудами – это говорит о недостатке В2. Также могут часто появляться язвочки, воспаления, стоматит во рту, а на теле, лице и на руках у ребёнка могут возникнуть розовые высыпания.





**Витамин В5 или пантотеновая кислота отвечает за нормальный вес. Данный витамин расщепляет жировые клетки. Его недостаток «грозит» ожирением и плохим состоянием кожи. Стабильную нервную систему и хорошие анализы крови обеспечивает витамин В6, который также укрепляет и иммунитет.**

**Улучшает работу пищеварительной системы, нормализует аппетит у детей фолиевая кислота или витамин В9. За правильной работой кровеносной, мышечной и нервной систем отвечает витамин Е. При недостатке такого витамина возникает вероятность малокровия.**

**Витамин D или кальциферол благотворно влияет на формирование костной ткани. При недостаточном количестве витамина D у ребёнка развивается рахит, кости становятся мягкими, отчего возрастает вероятность травм. Со стороны стоматологии родители могут заметить кариес, в том числе и молочных зубов. Не стоит оставлять без внимания и случаи, когда чадо будет жаловаться на судороги.**



**При авитаминозе следует учитывать и наличие сопутствующих болезней. Например, хронический дисбактериоз, эндокринные заболевания. В таком случае необходимо обратиться к узким специалистам.**

**Хронический авитаминоз в детском возрасте опасен восприимчивостью организма к более серьёзным заболеваниям, отставанию в физическом и умственном развитии.**



Чтобы легче предупредить недостаток витаминов, родителям нужно с детства прививать своему ребёнку привычку регулярно есть свежие овощи и фрукты. Для этого им следует объяснить, что зажёвывание голода жвачкой не имеет ничего общего с полноценным обедом. Во избежание дефицита витамина D детям нужно совершать регулярные прогулки на свежем воздухе и во время летнего отдыха на море.

Главная задача родителей заключается в заботе о собственном сыне или дочери. Мама и папа должны заниматься не только развитием и обучением своего чада, но и его здоровьем. Лишь такой ребёнок сможет стать яркой и интересной личностью.





## **КОСМОНАВТ В КОСМОСЕ**

12 апреля 1961 года старший лейтенант Юрий Гагарин впервые в мире совершил полет вокруг Земли на космическом корабле «Восток».

И хотя полет длился всего 108 минут, он стал мощным прорывом в освоении космоса. Имя Гагарина стало известно во всем мире. В честь этого знаменательного дня сделайте с детьми вот такую аппликацию с космонавтом. Техника ее выполнения довольно простая, а выглядит поделка эффектно.





Вся аппликация выполнена из цветной бумаги, за основу можно взять картон.

Из черного картона вырежьте круг, наклейте на него два полукруга (синий — побольше, голубой — поменьше). Не забудьте про зеленую сушу и золотые звезды.

Из белой бумаги вырежьте:

8 полос —  $21 \times 1,5$  см для рук и ног,

1 полоса —  $19,5 \times 1,5$  см,

1 полоса —  $19 \times 3$  см,

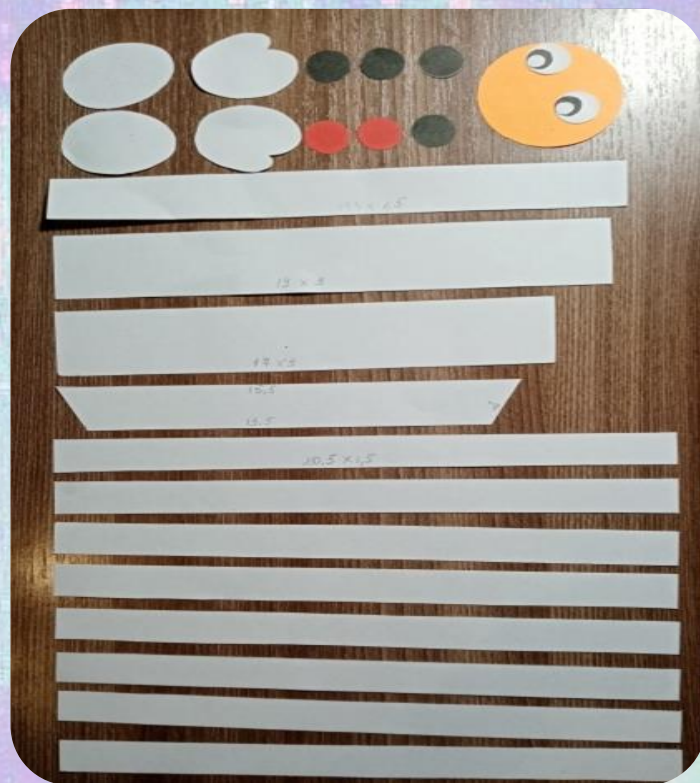
1 полоса —  $17 \times 3$  см,

1 полоса длиной  $15,5 \times 2$  см, края которой обрежьте, чтобы получилась трапеция с короткой стороной равной 1,5 см.

Круг — голова,

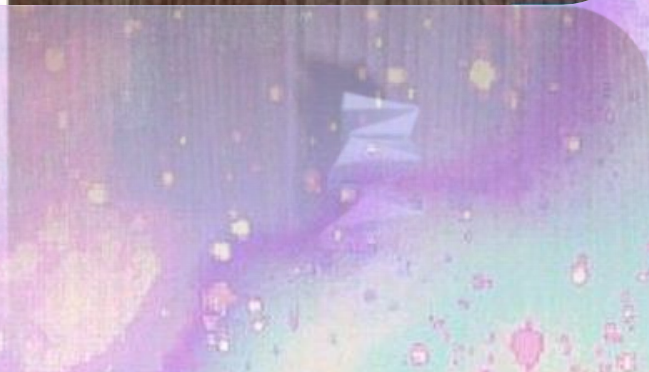
Ладони и ступни.

Маленькие круги для оформления.





**Сделайте руки и ноги космонавта, сложив по 2 полосы гармошкой.**





**Соберите космонавта. К ногам приклейте ступни, к рукам ладонки, сложите полоски для головы и туловища. На лице нарисуйте или приклейте глазки и рот.**







**Приклейте космонавта к основе. Готово!**

<https://lady-master.ru/igrushki/podelki-s-detmi/ko-dnyu-kosmonavtiki.html>



12 апреля в нашей стране отмечается День космонавтики. В этот день в 1961 году нашу планету потрясла неожиданная весть: «Человек в космосе!». Мгновенная мечта людей о полете в космос сбылась. Так началось время космических ракет, спутников, луноходов, международных космических экипажей. В честь этого праздника мы предлагаем вам подборку игр на данную тему!!!

### **ИГРА №1 «ОДИН – МНОГО»**

Вы говорите ребёнку один космонавт, а он вам отвечает много космонавтов. Одна ракета – много... Одна планета – много... Один скафандр – много...



### **ИГРА №2 «ПОДБЕРИ ПРИЗНАКИ»**

Взрослый ребёнку называет существительное, например космонавт и задаёт вопрос какой он, а ребёнок должен подобрать к существительному прилагательные, например – смелый, сильный, ... Звезда – маленькая, яркая, желтая, красивая... Солнце - ... Космос -...Луна - ...Ракета - ...

### **ИГРА №3 «ЧТО ВОЗЬМЕМ С СОБОЮ В КОСМОС»**

Разложить перед детьми рисунки и предложить выбрать то, что можно взять с собой на космический корабль. Это могут быть такие картинки как: книга, блокнот, скафандр, яблоко, конфета, тюбик с манной кашей, будильник, колбаса.



## **ИГРА №4 «КОСМИЧЕСКИЙ СЛОВАРЬ»**

Данная игра поможет детям пополнить свой словарный запас словами, связанными с темой космоса. Самое главное правило это назвать больше всего слов, связанных с космосом. Например: спутник, ракета, инопланетянин, планеты, Луна, Земля, космонавт, скафандр и т. д.



## **ИГРА № 5 «РАЗНЫЕ РАКЕТЫ»**



Предложите своему ребенку вместе с вами выложить изображение ракеты из счетных палочек, спичек или геометрических фигур. Можно сделать ракету из бумаги, а потом подуть и запустить её.

## **ИГРА № 6 «СТРОИМ КОСМИЧЕСКИЙ КОРАБЛЬ»**

Предложите своему ребёнку построить из кубиков космический корабль вместе. А когда корабль будет готов, можно отправиться на нём в путешествие вместе с ребёнком.



## **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!!!**

Игры не только помогут ребенку узнать о космосе, звездах, планетах, но и помогут развить память, внимание, мелкую моторику, логическое мышление и много других важных качеств и навыков.

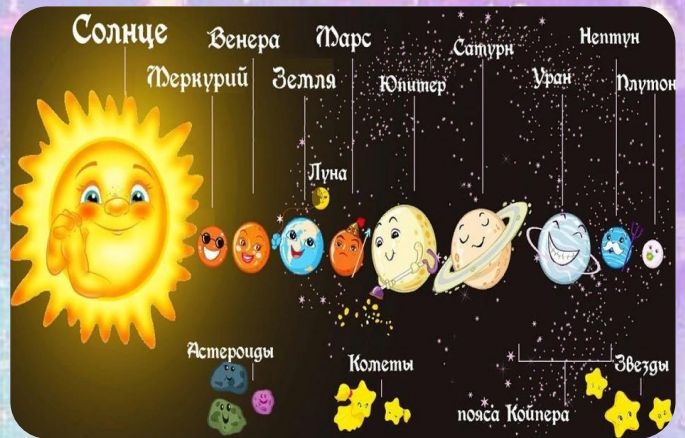


Тёмный, далёкий, но такой загадочный и притягательный мир космоса многим хочется посмотреть хотя бы чуточку поближе.

Вселенная притягивает и манит.

Красивые стихи расскажут вашим детям много интересного про космос и всё, что с ним связано. С помощью этих стихов дети смогут быстрее запомнить планетарную модель солнечной системы, а также узнать много нового и интересного.

По порядку все планеты  
Назовет любой из нас:  
Раз — Меркурий, Два — Венера,  
Три — Земля, Четыре — Марс.  
Пять — Юпитер, Шесть —  
Сатурн,  
Семь — Уран,  
За ним — Нептун.  
Он восьмым идёт по счёту.  
А за ним уже, потом,  
И девятая планета  
Под названием Плутон.  
Автор: Хайт А.



### Небесные медведицы

Глянешь в небо из окошка  
Тёмной звёздной ночью:  
Мать-медведица большая  
Топаёт с сыночком...  
Умка — резвый медвежонок,  
Шалостям не чуждый.  
Но на небе свой порядок:  
Нарушать не нужно!  
Шествует за мамой чинно  
Звёздное создание.  
Две медведицы на небе —  
Крохи мироздания!!!  
Автор: Арвачёва Л.





Если месяц буквой «С»,  
Значит, старый месяц;  
Если палочку в довес  
Ты к нему привесишь  
И получишь букву «Р»,  
Значит, он растущий,  
Значит, скоро, верь-не  
верь,  
Станет он толстущий.



Что там за родственник  
Луны,  
Племянник или внучек  
Мелькает между тучек?  
— Да это спутник! — Вот те  
раз!  
— Он спутник каждого из  
нас  
И в целом — всей Земли.  
Руками спутник сотворён,  
А после на ракете  
Доставлен в дали эти.  
Автор: Яковлев Ю.

На Луне жил звездочёт  
Он планетам вёл учёт:  
МЕРКУРИЙ — раз,  
ВЕНЕРА — два-с,  
Три — ЗЕМЛЯ,  
Четыре — МАРС,  
Пять — ЮПИТЕР,  
Шесть — САТУРН,  
Семь — УРАН,  
Восемь — НЕПТУН,  
Девять — дальше всех  
ПЛУТОН,  
Кто не видит — выйди вон!  
Автор: Усачев А.







Я хотел бы слетать на луну,  
В неразгаданный мир окунуться.  
И подобно красивому сну  
К самой яркой звезде прикоснуться.  
Долететь до далёких орбит,  
Неизвестных всем нам измерений,  
Где загадочный космос хранит  
Много тайн необъятной вселенной.  
На планетах других побывать,  
О которых наука не знает.  
И существ неземных повидать,  
— Что на странных тарелках  
летают. Расспросить, как живётся  
им там,  
Есть ли осень, зима или лето,  
С какой целью всегда летят к нам  
—  
На забытую Богом планету...  
Все о чём-то мечтают всегда,  
И стремятся чего-то добиться.  
Только космос, увы, никогда  
Не захочет наверно открыться...



### Командир...

Раз, два, три, четыре, пять —  
Будем в космос мы играть.  
Много есть у нас ракет —  
Командира только нет.  
Чтобы нам его найти,  
Сосчитаем до пяти:  
Раз, два, три, четыре, пять —  
Будет нами управлять  
Тот, кто крепок и умён:  
Это, верно, будет он!  
Автор: Самоний Н.



### **Созвездия**

Всю ночь созвездия блестящие  
Не замедляют хоровода  
Вокруг одной звезды, стоящей  
Как будто в центре небосвода.  
К ней наклонилась ось  
земная,  
Её назвали мы Полярной.  
Где север, мы по ней узнаем  
И ей за это благодарны.  
Автор: Алдонова Р.



## Космонавты

Мы в ракете серебристой  
Полетим легко и быстро,  
Прямо в небо среди туч,  
Где играет солнца луч.  
На недельку на одну  
Залетим мы на Луну,  
День иль два, по крайней  
мере, Погостим мы на  
Венере,  
А затем в обед как раз  
Полетим играть на Марс.  
Если сядем на Юпитер,  
Через год домой нас ждите.  
Автор: Лисица А.

### **Ракета**

Вот чудесная ракета  
Взмыла к небесам.  
Вслед смотрю и представляю,  
Будто бы я сам  
Той ракетой управляю  
И несусь вперед.  
И поверьте, точно знаю,  
Что меня там ждет.  
Ждут неведомые дали,  
Подвиги в пути,  
И о чем давно мечтаю  
Я смогу найти...  
Но пока стою один я  
Молча в стороне  
И мечтаю, как Гагарин,  
Послужить стране.



В космической ракете  
С названием «Восток»  
Наш космонавт — Гагарин,  
Подняться в космос смог.  
Он первым на планете  
Путь к звездам проложил,  
И знают даже дети,  
Когда и где он жил.

### Земля

Есть одна планета-сад  
В этом космосе холодном.  
Только здесь леса шумят,  
Птиц скликая перелётных,  
Лишь на ней одной цветут  
Ландыши в траве зелёной,  
И стрекозы только тут  
В речку смотрят удивлённо...  
Береги свою планету —  
Ведь другой, похожей, нету!  
Р. Сеф



Сегодня, в преддверии Дня космонавтики, хочется поговорить о связи музыки и космоса. Думаете, эти темы не могут быть связаны? Если так, то вы ошибаетесь. Давайте вернемся назад, в эпохальный для нашего космоса, 1961 год.

Итак, все мы знаем, что 12 апреля 1961 года советский космонавт Юрий Гагарин облетел нашу планету на корабле «Восток».

Исторический полет длился 108 минут.

«Облетев Землю в корабле-спутнике, я увидел, как прекрасна наша планета. Люди, будем хранить и приумножать эту красоту, а не разрушать её!» - рассказ Гагарина о полете разлетелся на цитаты, как и знаменитое «Поехали!» перед стартом.

Но до знаменитого «Поехали» было еще два часа, Юрий Алексеевич уже находился на борту ракеты и во время проверки связи периодически пел и насвистывал различные мотивы - сначала песню Марка Бернеса «Перекресток» -

Муз. Э. Колмановского, сл. В. Орлова, потом - «Ландыши» - Муз.

О. Фельцмана, сл. О. Фадеевой, затем - «Родина слышит, родина знает» - Муз. Д. Шостаковича, сл. Е. Долматовского.

Муз. Э. Колмановского, сл. В. Орлова, потом - «Ландыши» - Муз.

О. Фельцмана, сл. О. Фадеевой, затем - «Родина слышит, родина знает» - Муз. Д. Шостаковича, сл. Е. Долматовского.

Последней песней, исполненной Гагариным за две минуты до старта, была «Летите, голуби» - Муз. И. Дунаевского, сл. М.

Матусовского.

Вот так музыка отправилась в первый полет человека в космос!

Мало кто знает, что этот первый полет был запланирован на осень 1960 года, но по техническим причинам был перенесен на апрель 1961 года. Именно потому, осенью 1960 года поэтическому сообществу было поручено написать космический гимн – и отведено на это было всего две недели. Единственным, кто не побоялся взяться за такое ответственное и срочное задание, стал молодой поэт Владимир Войнович. Причем, на написание стихотворения у него ушел всего день.





А музыку за несколько часов сочинил Оскар Фельцман. Для исполнения этой песни изначально планировался Марк Бернес, но в результате «14 минут до старта» спел Владимир Трошин.

[https://youtu.be/XqyIcZ\\_3Iow](https://youtu.be/XqyIcZ_3Iow)

**Тему космоса не могли обойти и детские композиторы. И в прошлом веке, и в нынешнем, создаются чудесные детские «космические» песни. Специально к этому дню, мы сделали музыкальную подборку.**

- **Апрельский полет. Муз.В. Филиппова, Сл. Ю. Герасимов**
- **Звездный друг. Муз. и сл. Е Войтенко**
- **Космос. Муз. и сл. С. Ярушина**
- **Маша и Медведь - Песенка юных космонавтов. Муз. В. Богатырева**
- **Млечный путь. Муз. А. Рыбникова, Сл. А. Кохановского**
- **Наш веселый экипаж. Муз. Ю Чичкова, Сл. Синявского.**
- **Разукрасим все планеты. Барбарики**
- **Ракета. Муз. и сл. А. Варламова**
- **Считай звезды. Гр. Волшебники двора.**

Учись, Малыш! - Песенка про Науку и Космос

Космо-песенка. Мульт-клип видео про космос

<https://yandex.ru/video/preview/18239511241899301633>

Кукутики - Белка и Стрелка –

Развивающий мультик песенка для малышей про космос...

<https://yandex.ru/video/preview/8331600343843937713>

Сборник познавательных песен «Поем про космос и планеты»

<https://yandex.ru/video/preview/17528278961483568684>

Крошка-Антошка песня про солнечную систему

«Считаем планеты»

[https://dzen.ru/video/watch/637fa2b690205f2c91f118a2?share\\_to=link](https://dzen.ru/video/watch/637fa2b690205f2c91f118a2?share_to=link)





**НАД ВЫПУСКОМ РАБОТАЛИ:**

**БАНЦОВА Е.В.  
СИНИЦЫНА А.Л.  
ВИРАЧЁВА М.А.  
КИБИРЕВА Л.Г.  
ВЛАСОВА Н.Г.  
КОСТРОМИНА А.Л.  
МАГАДЕЕВА Е.А.  
ВЕЛИКСАР Т.А.  
ИВАНКОВА М.А.  
БРОВКИНА И.Н.  
МЕДВЕДЕВА О.Г.**

