

ЖУРНАЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

РАСКРАСКИН

ЯНВАРЬ, 2019



СТР.19 ЗАЧЕМ РЕБЁНКУ
ДОМАШНЕЕ ЖИВОТНОЕ

СТР.19 СОВЕТЫ
СЕМЕЙНОГО ПСИХОЛОГА

ЛЮБИМЫЙ
НЕФТЕКАМСК

iPhone за 100 рублей! Подробности на стр.28

vk.com/raskraskin102 [/raskraskinneftekamsk](https://www.instagram.com/raskraskinneftekamsk)

+7 (996) 103-87-73

Журнал для детей и
родителей **РАСКРАСКИН**

распространяется
через детские сады и
начальные классы

Города Нефтекамск.

Тираж 4000 экземпляров

Распространяется
бесплатно и по подписке

 **КУХНИ ДА!**

COOL kids

брендовая
детская одежда

1

г.Нефтекамск, ул.Нефтяников, 36 | vk.com/id497584576



БОЛЕЕ 10 ЛЕТ НА РЫНКЕ КУХОННОЙ МЕБЕЛИ

8-987-489-81-13, 8-937-44-62 ул.ПАРКОВАЯ, 4 (ВОЗЛЕ Ц-РЫНКА)

vk.com/kuhnyada

Полезные советы при планировке кухни:

- Продумайте расположение зон: хранения, приготовления, работы, мойки.
- Продумайте где будут поставлены крупные техники: холодильник, микроволновка, духовка, мойка, др.



Правило рабочего треугольника



Распродажа комбинезонов, курток (зима) -20%

Скидка по промокоду Раскраскин +10%

СТУДИЯ «КАВКАЗСКОГО ТАНЦА»
для детей и взрослых

Приглашаем детей и взрослых в группы на обучение Лезгинки и Кавказским танцам.

Дети от 3-16 лет
Хобби группы для взрослых без возрастных ограничений.

Групповые и индивидуальные занятия

Тел: 8-986-971-29-39
Ленина 4762 этаж вход с торца
vk.com/id382277947

Группа Авангард
Приглашаем детей от 4 до 7 лет

Преподаватель: Елена Геннадиевна
Расписание: Пн. Ср. Пт.
Время занятий: 18:00
Тел. 8 (986) 971 29 39
ул. Ленина, д. 47Б, 2 этаж (вход с торца)
vk.com/id382277947

40%



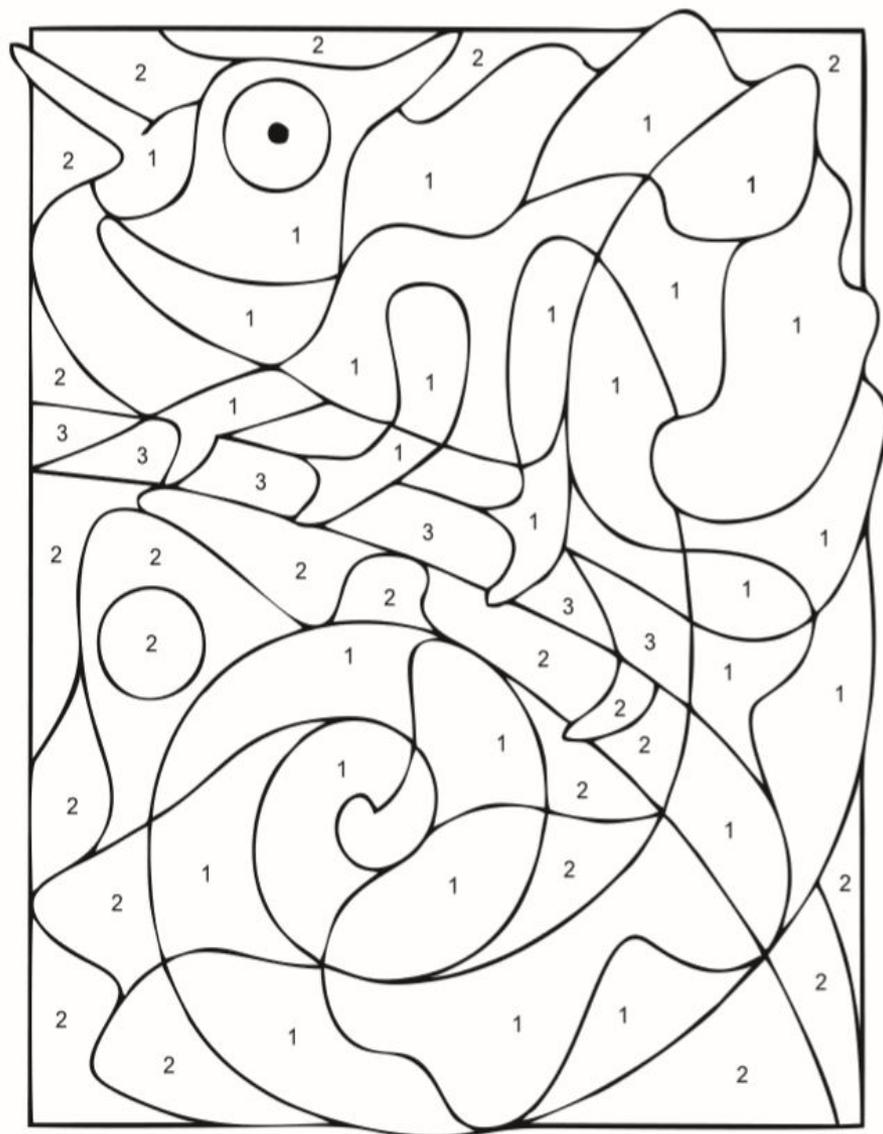
СКИДОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ НА ПОКУПКУ КУХНИ ПО ИНДИВИДУАЛЬНЫМ РАЗМЕРАМ

 vk.com/kuhnyada

СРОК ДЕЙСТВИЯ СЕРТИФИКАТА ДО 01.06.2019

По промокоду «Раскраскин» скидка 20%

Раскрась по номерам



1-ЗЕЛЕНый, 2-ОРАНЖЕВый, 3-КОРИЧНЕВый

Найди букву А. Их тут больше 15





ПАНКРАТИОН

ММА

Закаляем дух с детства!

Добро пожаловать в клуб любителей ПАНКРАТИОН (ММА)!

Наш клуб предназначен как для соревнующихся спортсменов, так и для новичков,

для тех, кому просто нужна хорошая физическая подготовка, для тех, кто стремится овладеть навыками смешанного боя!

Попробовать себя в данном виде спорта может практически любой желающий, у нас нет ограничений по возрасту, не важно занимался ли ты до этого или нет, главное -

ЖЕЛАНИЕ ТРЕНИРОВАТЬСЯ!

+4



ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫЙ ТРЕНЕРСКИЙ СОСТАВ

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ ТРЕНИРУЮЩЕМУСЯ

ВНИМАТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ КАК К СПОРТСМЕНАМ, ТАК И К НОВИЧКАМ.

БОЛЬШОЙ, СОВРЕМЕННЫЙ, ОБОРУДОВАННЫЙ ВСЕМ НЕОБХОДИМЫМ ЗАЛ

(БОКСЕРСКИЕ ГРУШЫ, МАТЫ, ОКТАГОН (ВОСЬМИУГОЛЬНИК))

ПОДРОБНОСТИ:

8 919 150 88 63

8 937 315 83 78



Клуб боевых искусств «VOX PLUS»

ул. Тракторная, 12 Б (1 этаж)



**СПОРТ-ЭТО
ЖИЗНЬ!**



Физкультурой заниматься

Начинаем по утрам.

Пусть болезни нас боятся,

Пусть они не ходят к нам.



Многие родители сомневаются, заводить или не заводить домашнее животное. Их можно понять. Животное - это существо о котором нужно заботиться. Его мало кормить и поить, ему нужно уделять время, ухаживать, покупать игрушки, водить к ветеринару, приучать к туалету и правилам в доме. Для родителей это определенного рода нагрузка и не маленькая. Но дети просят родителей о котятках, щенятах, черепашках, хомяках. Мечтают годами о новом друге. Кто-то из родителей идет навстречу своим детям, а кто-то не решается взять на себя такую ответственность.

В данной публикации мы бы хотели изложить свои "за" по приобретению домашнего животного, если ребенок об этом просит.

1 причина. Безусловное принятие.

Несмотря на большие старания со стороны педагогов и психологов, средств массовой информации, несмотря на старания самих родителей, безусловное принятие на деле трудно выполнимо. Обычно все-таки родители и критикуют детей, и ожидают от них чего-то, и злятся на поступки, и требуют что-то. Животное же ласкает и принимает ласку, оно не откажется играть с тобой, если ты не выучил уроки, не разольется и не начнет

читать нотации, если ты за ним не убрал.

Оно, конечно, может оцарапать или укусить, но чаще всего такое поведение легко объяснимо и не травмирует детскую психику.

Детям крайне важно, что бы в этом мире было хоть одно существо, которое не выдвигает претензии в его сторону.

2 причина. Снятие стресса.

Даже если ваш ребенок просто смотрит на рыбок, стучит по клетке попугая, кричит на собаку, таскает за хвост кота, то таким образом он пытается избавиться от стресса. Конечно родители не одобряют жестокое обращение с животными, но факт остается фактом. Как дети иногда являются "громоотводом" для собственных родителей, так и домашние питомцы могут являться "громоотводом" для детей. Попробуй на маму накричать или старшую сестру за "хвостик" потаскать, или папе "пенделя отвесить". Этого делать нельзя! Зато с любимцем такое провернуть можно. (Я не призываю поддерживать жестокое обращение с животными, но этот феномен действительно существует)

А в целом, животные благотворно влияют на детскую психику, общение с ними расслабляет и

придает сил. Гладить котика, бегать со щенком по комнате, учить плохим словам попугая, смотреть как хомяк бегаёт в колесе - все эти на первый взгляд мелочи, помогают справляться ребенку с разного рода психологическими нагрузками.

3 причина. Ощущение собственной силы.

Когда ребенок имеет возможность не только расти рядом с питомцем, но и видеть, как родители ухаживают за ним и самому принимать участие в этом уходе, то уверенность в себе развивается естественным образом. (Если, конечно, не перегрузить ребенка ответственностью за любимца)

Когда рядом есть кто-то более беззащитный, чем ты, нуждающийся в заботе, любви и внимании, то просто невозможно не почувствовать себя сильнее, смелее, способнее. Самые застенчивые дети, становятся более раскрепощёнными, благодаря своим домашним любимцам.

4 причина. Польза для физического и психического здоровья.

Пет-терапия или анималотерапия - метод лечения с помощью животных. Противопоказанием такого лечения может быть только аллергия, но и ее можно обхитрить.

При общении с животными снижается тревожность, повышается настроение, человек расслабляется, повышается стрессоустойчивость. Наблюдается улучшение в физическом здоровье.

Ученые уже много лет исследуют такое благотворное влияние животных на людей, но пока так и не могут объяснить точный механизм воздействия. А может это и хорошо. Любовь человека к животным тоже не поддается какой-либо системе или механизму, она просто есть. Может в ней все дело?!

Заключение

Вы сами когда-то были детьми и, я уверена, мечтали о домашнем питомце. Может быть, он у вас был, а может родители так и не позволили его завести. Наверное, в вашем подъезде жила "общая" кошка или во двор в гости приходил старый пес с несчастными, но мудрыми глазами. Может быть, вы лечили птиц с подбитым крылом и любили в парке кормить уток хлебом. Вы были детьми и знаете, что общение с животными нельзя заменить ничем.

Может быть, одним из самых дорогих подарков, который вы можете сделать своему ребенку, это исполнить его мечту о домашнем любимце...?



- 🐾 Корма для животных
- 🐾 Наполнители
- 🐾 Амуниция
- 🐾 Одежда
- 🐾 Клетки / переноски
- 🐾 Аквариумистика



Формирование заказов на животных. Декоративные кролики, джунгарские хомяки, белки дегу, морские свинки, мелкие и средние попугаи, птицы.

Оптовые цены и акционные товары!

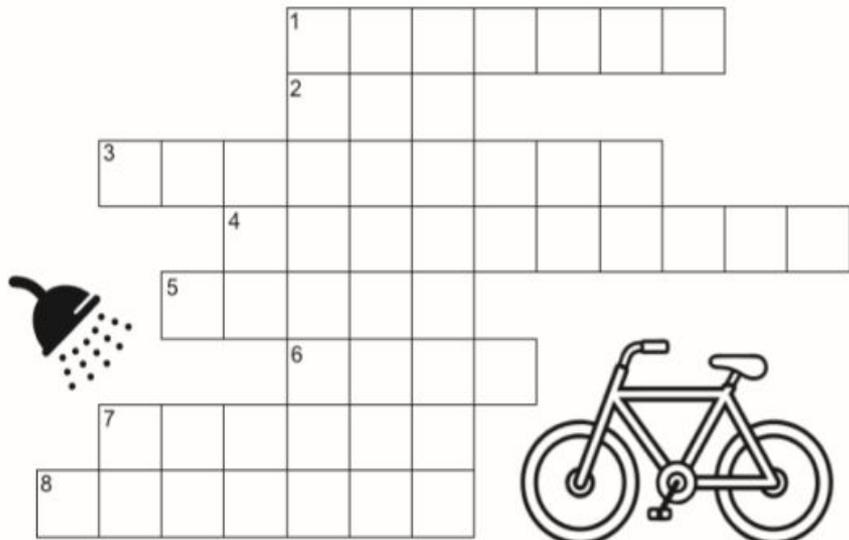
📞 8 962 536 51 94

г.Нефтекамск, ул.Победы, 11В. Режим работы: пн-пт с 10-00 до 20-00, сб-вс с 10-00 до 19-00

Найди предметы и питомцев, что показаны справа



Разгадай кроссворд



1. Просыпаюсь утром рано
Вместе с солнышком румяным.
Заправляю сам кроватку,
Быстро делаю...

2. Дождик тёплый и густой,
Этот дождик не простой.
Он без туч, без облаков
Целый день идти готов.

3. Держусь я только на ходу,
А если встану – упаду.

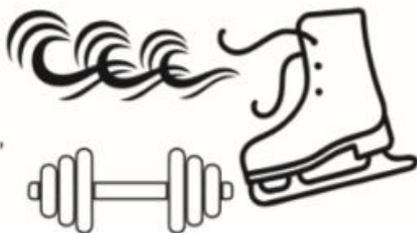
4. Я пойду на ...
Плывать буду очень ловко

5. Коль крепко дружишь ты со мной,
Настойчив в тренировках,
То будешь в холод, в дождь и зной
Выносливым и ловким.

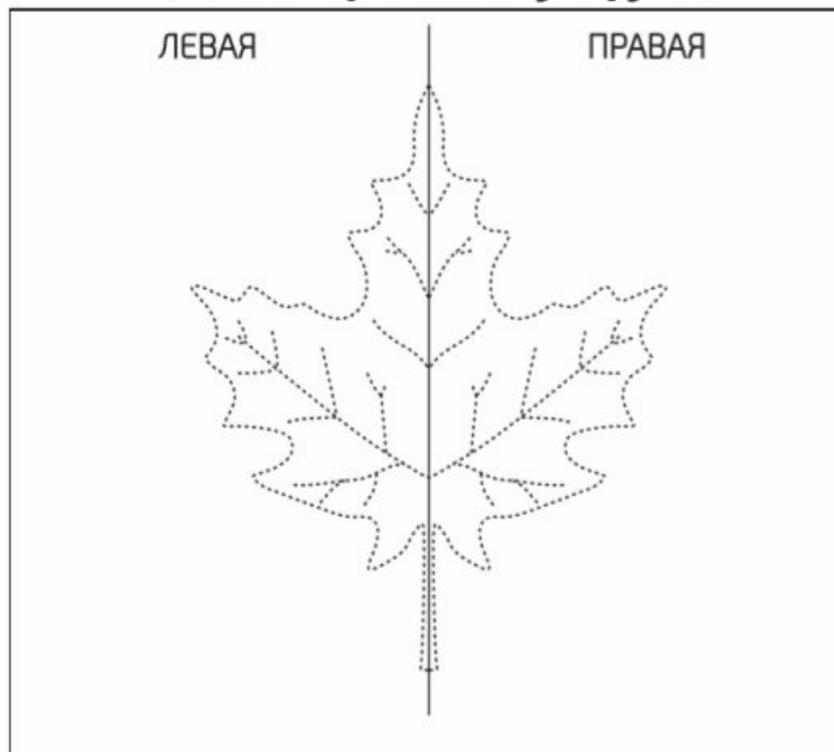
6. На свете нет ее сильнее,
На свете нет ее буйнее.
В руках ее не удержать
И на коне не обогнать.

7. Мчусь как пуля я вперед,
Лишь поскрипывает лед
Да мелькают огоньки!
Кто несет меня..?

8. Поднимаю еле-еле
Две тяжелые...



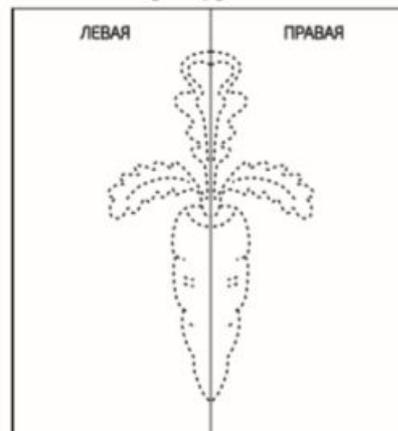
Обведи одновременно двумя руками



Найди цифру от 1 до 50



Обведи одновременно двумя руками



Ваш малыш пошел в первый класс или только собирается? Поздравляем! Это очень ответственный год для него и не менее важный - для вас. Помимо приятных впечатлений, обычным делом становятся переутомления с привычки, а также стрессы, плохой сон.

Почему у детей часто болит голова?

Головная боль у детей должна стать поводом для серьезного беспокойства родителей, так как оно говорит о неполадках в организме ребенка. Понять, с чем связана жалоба на головную боль у ребенка, посещающего детский сад или школу, родителям бывает иногда довольно трудно. Головные боли у детей бывают разного происхождения (органического либо психоэмоционального характера) - после сотрясения мозга, после перенесенных вирусных заболеваний, при низком гемоглобине, при хронически воспаленных аденоидах и это только часть. Самая частая головная боль у детей это головная боль напряжения, которая чаще всего возникает из-за психоэмоциональных нагрузок, даже позитивного характера (например,

длительный просмотр любимого мультлика). Также возникает при неправильном режиме сна и бодрствования, при малоподвижном образе жизни, при неправильном питании и самое главное, при плохом взаимопонимании между взрослыми дома (выяснение отношений при ребенке или еще хуже разгружать свои эмоции на ребенке)

Совет мамам от невропатолога

Если у ребенка появились головные боли, родителям надо понять если они происходят от нарушенного режима дня либо перенагрузки, либо стрессовых ситуаций, принять меры по их устранению, а не купировать головную боль таблетками. Так же необходимо проводить больше времени на свежем воздухе. Следите за тем, чтобы ребенок не засиживался долго за компьютером или телевизором, соблюдал режим дня, правильно и регулярно питался. Всегда, особенно зимой в отопительный сезон позаботьтесь о вентиляции комнаты, где ребенок делает уроки. Если же боль не купируется, то необходимо обратиться к детскому невропатологу.

Многofункциональная
Медицинская клиника
Витам



РБ. г. Уфа,
ул. Большая Московская, д.15
8 (927) 321 11 32

Наши специалисты:

врач-невролог,
врач-невролог-эпилептолог,
врач-травматолог-ортопед,
врач-терапевт,
врач-педиатр,
врач функциональной диагностики,
логопед, дефектолог,
клинический психолог,
психолог,
специалист по массажу

Мы сможем Вам помочь при следующих заболеваниях:

артрит	ЗПРР	синдром "Веста"
артроз	ЗРР	тики
остеохондроз	неврозы	энурез
бурсит	эпилепсия	страхи
заикания	депрессии	и многое другое.

заболевания опорно-двигательного аппарата
органическое поражение центральной нервной системы
плантарный фасциит "пяточная шпора".

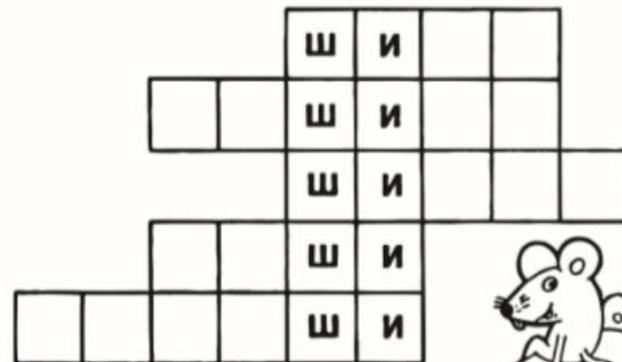
Проезд до ост. Алтека, автобусами № 51, 51а
маршрутками № 6, 233, 235, 242, Трамвай 16, 18,1, ост. Менделеева

clinic_vitam?from=groups
 vitamclinic/following

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста



Допиши, чтобы получилось новое слово



Правила поведения зимой



На скользком тротуаре передвигайся небольшими шагами, ступая на всю подошву.

Держи бенгальские огни подальше от лица, чтобы не обжечься и не испортить одежду.

Обязательно носи на одежде фликеры. Они делают тебя хорошо заметным в темноте.

Запускать фейерверк занятие для взрослых. Стой в стороне, когда взрослые запускают фейерверки или петарды.

Во время массовых гуляний старайся никуда не уходить от взрослых. Если вдруг ты потерялся, обратись к человеку в форме (полиция, охрана).

По двору ходи осторожно – на скользкой дороге автомобиль не может остановиться сразу.

Ни в коем случае не подходи к только что отработавшему фейерверку или петарде.

В момент падения старайся сгруппироваться, чтобы не удариться головой. Старайся не опираться на руки и падать на бок.

Правила безопасности зимой

Во время прогулки с друзьями

На прогулку надевай шапку, шарф, варежки. Нельзя толкать других детей. Нельзя бросаться большими глыбами снега. Нельзя кидать снежки в голову и лицо. Нельзя кидаться ледышками и обливаться водой. Если одежда и обувь промокли, немедленно иди домой.

Во время лыжной прогулки

Отправляться на лыжную прогулку, особенно в лес, нужно только со взрослыми. Снимая лыжи, палки нужно обязательно воткнуть в снег, и убедиться, что они не смогут случайно упасть. Нельзя прыгать с трамплинов, это может привести к травмам. При потере равновесия падать надо на бок, не подставляя руки.

Во время катания на санках

Перед катанием проверь исправность санок. Нельзя кататься на санках лёжа и стоя. Ни в коем случае не спускаться с горы около проезжей части. Нельзя спускаться по холмам, на которых имеются препятствия, ледяные склоны. Никогда не привязывай санки к транспортным средствам это опасно для жизни!

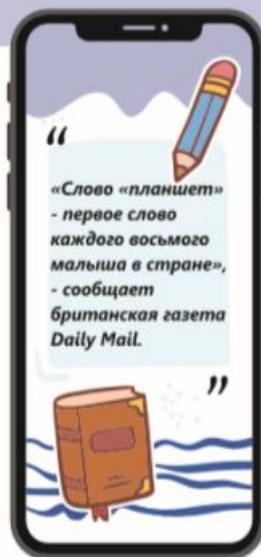
Во время катания на коньках

Кататься на коньках можно только на хорошем льду, который прошёл проверку. Лучше кататься на специально оборудованных катках, чем на водоёмах. Ведь он может быть весь не заморожен и под тяжестью людей может треснуть. Кататься нужно в шлеме, налокотниках и наколенниках.

Резкое изменение погоды – сигнал к прекращению любой прогулки.



Гаджеты в детских руках



“
«Слово «планшет» - первое слово каждого восьмого малыша в стране», - сообщает британская газета Daily Mail.
”

Очевидно, что гаджеты прочно вошли в жизнь современных детей. Хорошо это или плохо? Тема рубрики «Беседа с психологом» сегодня об этом.

В гаджетизации детского мира есть, как положительные, так и отрицательные стороны.

Отрицательные, и даже опасные, моменты для развития и здоровья детей могут причинить больше вреда, чем положительные – пользы. И с этим не поспоришь. Постоянное взаимодействие с сенсорным экраном нарушает развитие координации ребенка. Гаджеты портят зрение детей. Излучения воздействуют на организм, особенно восприимчив к ним организм ребенка. Также у детей очень быстро формируется зависимость от гаджетов. И с данной проблемой все чаще обращаются за помощью к психологам родители зависимых детей.

Еще одна «беда» современных детей – неумение общаться. Некоторые родители с ужасом наблюдают за компанией детей, молча сидящих рядом друг с другом, уткнувшись в экраны. Вместо того чтобы играть со сверстниками, дети играют в смартфоны!

Положительный момент заключается в том, что на сегодняшний день

появляется все больше полезных приложений для детей всех возрастов. Дети испытывают большой интерес, занимаясь таким образом. Интерес – это главный залог успеха в развитии детей.

Появление гаджетов – это результат развития цивилизации. Стоит ли сопротивляться прогрессу? Появление транспорта, к примеру, тоже повышает уровень опасности для детей в том числе. Тоже можно сказать и об электробытовых приборах. Да и об электричестве в целом. Однако у нас не встает вопрос о том, чтобы целиком и полностью отказаться или оградить детей от этих благ современного мира.

Гаджет, как и другие достижения человечества – лишь инструмент. Как он будет использоваться, зависит только от родителей. Если в качестве виртуальной няни, то ничего хорошего из этого не выйдет.

Если же использовать гаджет, как развивающее пособие, с соблюдением временного режима и контролем эмоционального состояния ребенка, это не причинит вреда его развитию.

Отдельное внимание родителей стоит обратить на предварительное просматривание всех приложений, прежде чем предложить их ребенку.

Сколько можно заниматься детям с гаджетами? В дошкольном возрасте продолжительность занятий не должна превышать 10-20 минут на одно занятие. В младшем школьном возрасте – 30 минут. Не более 2-3 занятий в день. То есть это самый максимум допустимого. Можно меньше, но не больше!

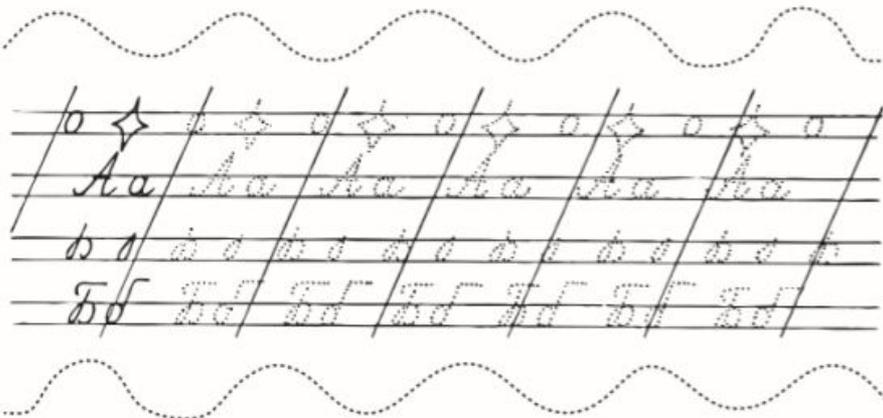
По большому счету, все зависит от родителей. Появление зависимости от гаджетов в подавляющей степени кроется в невнимании родителей к детям.

И, напротив, у детей не возникнет проблем от использования технологий, если родители позаботятся о нескольких важных моментах в жизни ребенка.

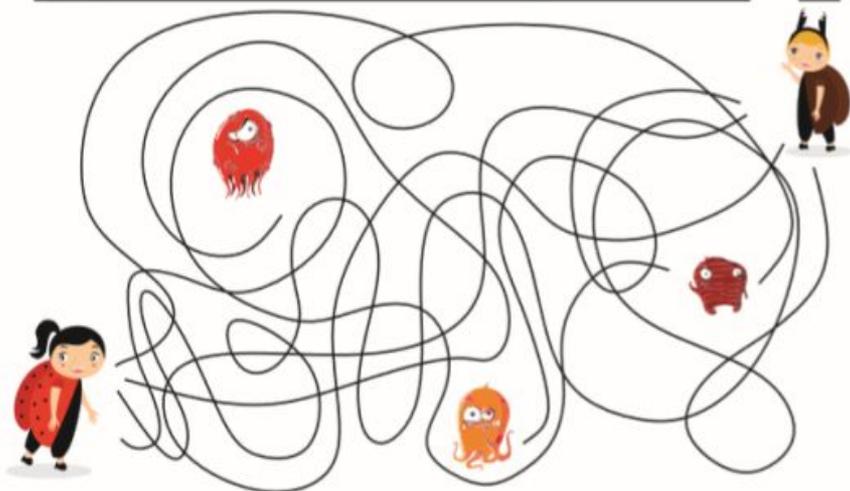
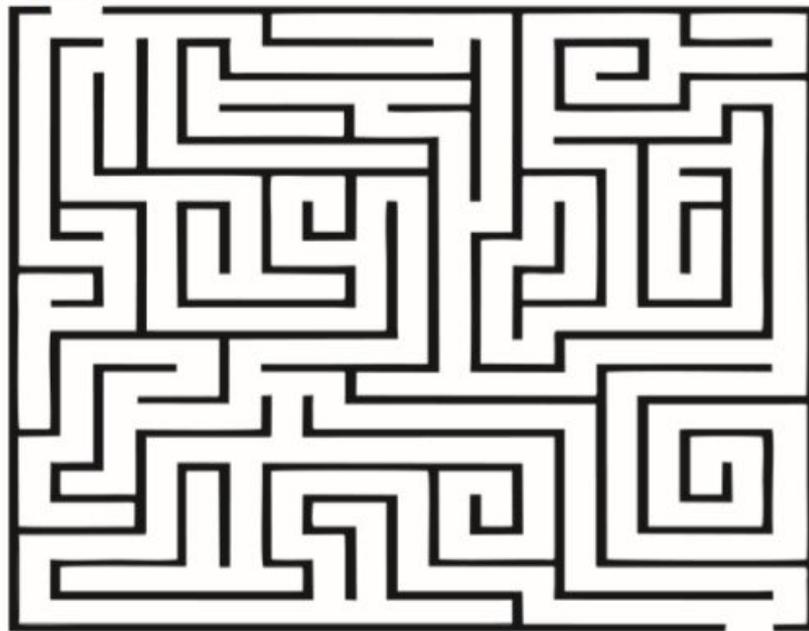
К ним относятся: теплое эмоциональное общение между родителями и детьми, наличие совместного досуга и семейных традиций. Соблюдение режима дня, где прогулка, купание и сон ребенка всегда в одно и то же время. Согласно исследованиям установлено, что «режимные» дети обладают гораздо более высокой стрессоустойчивостью. А это значит, что они и менее подвержены различным зависимостям.

Создавайте гармоничные отношения со своими детьми!

Рубрика «Беседа с психологом» создана специально для того, чтобы помочь родителям в этом. Читайте в следующем выпуске «НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ДЕЛАТЬ ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО МОЖНО»
Детский и семейный психолог, Габбасова Луиза Рифхатовна.



Помоги друзьям встретиться.
Проведи сначала Божью коровку до Жучка, а потом
помоги им добраться до Стрекозки



Найди всех животных

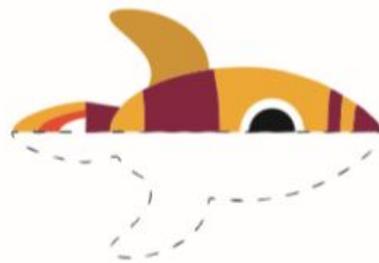


Найди одинаковые овощи и закрась их



Планеты солнечной системы ²³

Солнечная система - планетная система, включающая в себя центральную звезду - Солнце - и все естественные космические объекты, вращающиеся вокруг Солнца.



Огромное спасибо создателям такого замечательного журнала от воспитанников группы "Солнышко" детского сада №11 города Нефтекамска. И от нас с огромной благодарностью и от всей души небольшое стихотворение.

*В садике журнал раздали
И "спасибо" мы сказали.
Мы домой скорей спешим
Заниматься сесть хотим.*

*Вот журнальчик - то журнал
Очень интересный!!!
Много нового узнали
Скажем мы вам честно.
И раскраски и кроссворд
И стихи прикольные,
Лабиринты и сканворд
Мы очень все довольные!*

*И для взрослых даже есть
Полезная реклама.
"Получишь по купону скидку-
Пойдем скорее мама".*

*"Раскраскин" вот так чудо,
Ты мой любимый самый!
Так здорово, так круто,
Раскрашиваю с мамой.*

*Мы будем с нетерпением
Ждать выпуски журнала.
"Раскраскин" САМЫЙ лучший,
Семья моя сказала.*

*"Большое всем спасибо",-
Детишки говорят.
ОГРОМНО СПАСИБО!
От взрослых и ребят.*

*Автор: воспитатель,
Ирина Сафаргулова*

В каждой строке напиши первую букву, чтобы получилось новое слово

Д	О	Ч	К	А
	О	Ч	К	А
	О	Ч	К	А
	О	Ч	К	А



Познавательно-развлекательный журнал «Раскраскин»

№мер свидетельства о регистрации СМИ ПИ № ФС 77 - 73544, выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.

Учредитель: Лесня Вячеслав Николаевич

Главный редактор: Лесня Вячеслав Николаевич

Адрес редакции:
630089, Новосибирская обл.,
Солончихинск, ул. Вольная
набережная, д. 14, оф. 1110

Контакты представителей
субscriptions:
Телефон: +7 (981) 103-87-73

Ответственность за содержание рекламных материалов несет рекламодатель. За достоверность информации, точность приведенных фактов и цитат, а также за то, что материалы не содержат данных, не подлежащих открытой публикации, ответственность несет автор статьи. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора по предмету статьи.
Организатор ИПЦ "Тузиль", ООО «Медиаком»,
адрес: телефон: 423070, Татарстан, г. Лениногорск, пр. Зинкина 18
Общая информация о журнале в интернете: 4000 0000000000

«Цена свободная»

Возрастная категория 6+

15007

ШКОЛА СКОРОТЧЕНИЯ
И РАЗВИТИЯ ИНТЕЛЕКТА



Скоротчение
и развитие интеллекта



Ментальная
арифметика



Каллиграфия



Подготовка детей от 4 до 7 лет
к первому классу



Грамотное
письмо

Учим быстро читать, считать в уме
без калькулятора, красиво и грамотно писать!

В связи с открытием нового
направления "Грамотное письмо"
только в январе скидка!

Приходите и убедитесь
в эффективности наших
методик.



ул. Ленина, 12
ул. Рабвина, 3

8 (987) 082 50 07

423070neftokamsk_yaroslavl

Первое занятие
БЕСПЛАТНО

MX
DANCE MIX
ЦЕНТР ТАНЦА

**ДЕТСКИЕ
ТАНЦЫ**

ул. Энергетиков 2, 2 этаж



НАБОР

ХИП-ХОП, БРЕЙК ДАНС, ГИМНАСТИКА,
ЭСТРАДНЫЕ, НАРОДНЫЕ, ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ.

т. 8 917 46 46 727

<https://vk.com/dancelessineft>

**Специалисты ведущей страховой компании
РОСГОССТРАХ**

**СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ для детских садов и
школ, СТРАХОВАНИЕ на льготных условиях**

- Страхование детей на льготных условиях
- Спортивная страховка для детей
- Ипотека, имущество
- Страхование жизни
- ОСАГО, Каско



По промокоду "РАСКРАСКИН" каждому клиенту ПОДАРОК

club154459231

Звоните, бесплатная консультация по тел. +7 (987) 138 14 94



Оформи подписку на журнал
«Раскраскин»»»
И выйграй iPhone!



Розыгрыш проводится среди подписчиков журнала!

Стоимость подписки 20 руб./мес.
Оформляется на 5 месяцев - с февраля по июнь 2019 г.
Стоимость подписки всего 100 руб. на 5 месяцев!

Как оформить подписку?

1. Напиши нам в социальных сетях ФИО своего ребёнка, номер детского сада, название группы, либо номер школы и класс.

2. В течении 3-х рабочих дней мы высылаем вам ссылку для оплаты подписки на журнал.

3. Получай журнал ежемесячно в своём детском саду/школе выполняя задания, развивайся!

iPhone
за 100 руб.



Наши контакты:
+7 (996) 103-87-73
raskraskin02@mail.ru

**Мы предлагаем
долгосрочное
сотрудничество на
выгодных условиях.**

При размещении от

3 месяцев - 10 %

6 месяцев - 15%

12 месяцев - 20%

8 996 103 87 73



Raskraskin102

raskraskin02