



КГАУ КАМЧАТСКИЙ ЦЕНТР ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ



"СОЛНЫШКО"

периодическая газета для детей и взрослых

Февраль 2024
Выпуск №2 (148)

Читайте в номере:

НОВОСТИ ОТДЕЛЕНИЯ ПЕРВИЧНОГО ПРИЕМА СЕМЕЙ.....	2
НОВОСТИ ОТДЕЛЕНИЯ ВРЕМЕННОГО ПРОЖИВАНИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ....	3-8
НОВОСТИ ОТДЕЛЕНИЯ ОКАЗАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ И СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ.....	9-10
О ВАЖНОМ.....	11-13
5 УГЛОВ.....	14



Новости отделения первичного приема семей

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНАЯ АКЦИЯ «ВЕЩАМ ВТОРАЯ ЖИЗНЬ!»



Продолжается благотворительная акция «Вещам вторая жизнь», организованная КГАУ «Камчатский центр для несовершеннолетних».

Акция направлена на привлечение внимания жителей Мильковского муниципального округа к детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

В феврале в акции принял участие 1 благотворитель.

МЕЖВЕДОМСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ КОНСИЛИУМ

27 февраля 2024 года в Камчатском центре для несовершеннолетних состоялось очередное заседание Межведомственного социального консилиума, на котором специалисты Центра, различных учреждений и ведомств, выполняющих функции по профилактике безнадзорности, защите, охране и реализации прав несовершеннолетних заслушали результаты реализации Межведомственных комплексных программ социальной реабилитации 3 семей, находящихся в социально опасном положении.

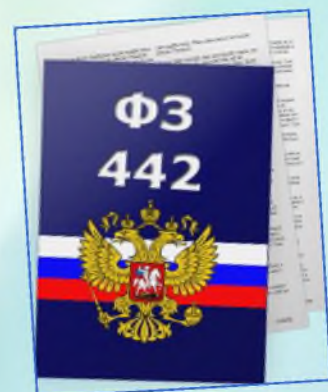
По итогам реализации, в связи с отсутствием положительной динамики принято решение подготовить ходатайство в КДН и ЗП о продлении программ для данных семей.

КОМИССИЯ ПО ПРИНЯТИЮ РЕШЕНИЯ О ПРИЗНАНИИ ГРАЖДАНИНА НУЖДАЮЩИМСЯ В СОЦИАЛЬНОМ ОБСЛУЖИВАНИИ

В феврале 2024 года в КГАУ «Камчатский центр для несовершеннолетних» проведено 4 заседаний Комиссии по принятию решения о признании гражданина нуждающимся в социальном обслуживании.

На заседаниях комиссии рассмотрено 6 заявлений от граждан о предоставлении социальных услуг. По данным заявлениям вынесены положительные решения и составлено 6 индивидуальных программ предоставления социальных услуг.

Получателями социальных услуг признаны 5 несовершеннолетних, из которых 1 ребёнок-инвалид, и 1 родитель, воспитывающий ребёнка-инвалида.



«Игрушка - Уточка»



Изготовление детьми игрушек и предметов из различных материалов составляет одну из наиболее важных сторон трудового воспитания дошкольников. Ручной труд дает ребенку возможность почувствовать себя мастером, художником, формирует желание и стремление мастерить своими руками. 2 февраля 2024 года на кружке дополнительного образования «Домовёнок» для детей, проживающих в условиях временного приюта и малышей, посещающих ГДП «Улыбка» прошёл творческий мастер-класс «Игрушка - Уточка». Занятие способствовало развитию мелкой моторики, воспитанию аккуратности при выполнении работы, закрепило умение доводить начатое дело до конца, а также предоставило широкое море возможностей для развития воображения, фантазии и творческих способностей детей.

Материал подготовила воспитатель Е.А. Гусак

"ШАРЛОТКА"



4 февраля 2024 года на кружке дополнительного образования «Домовёнок» воспитатель Е.А. Гусак вместе с ребятами, проживающими в условиях временного приюта готовили «Шарлотку». Дети с удовольствием занимались тестом, при помощи формочек вырезали забавных животных и различные фигуры для украшения выпечки. А также в ходе занятия узнали - «шарлотка» не только вкусна, но и полезна! В яблоках, помимо витаминов, содержится уйма полезных

веществ, необходимых детскому организму для поддержания полноценного здоровья. Поэтому специалисты рекомендуют всем съесть хотя бы по одному яблоку в день, а лучше – больше. Учитывая то, что печеные яблоки усваиваются лучше, «шарлотка» становится прямо-таки уникальным лакомством для детей и взрослых.

Материал подготовила воспитатель Е.А. Гусак



Нарисуй защитника Отечества

5 февраля 2024 года несовершеннолетние, посещающие ГДП «Успех» приняли участие в заседании клуба «Патриот» на тему: «На страже Родины». Воспитанники узнали, почему день защитника Отечества приурочен именно к 23 февраля, как появился этот праздник? После теоретической части беседы, ребята перешли к практическим заданиям: успешно справились с патриотической викториной. Затем в рамках творческой мастерской «Радуга» подростки начали подготовку работ для участия в региональном конкурсе детских рисунков «НАРИСУЙ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА».



Материал подготовила социальный педагог Л.А. Косырева

«Я знаю, что надо придумать»

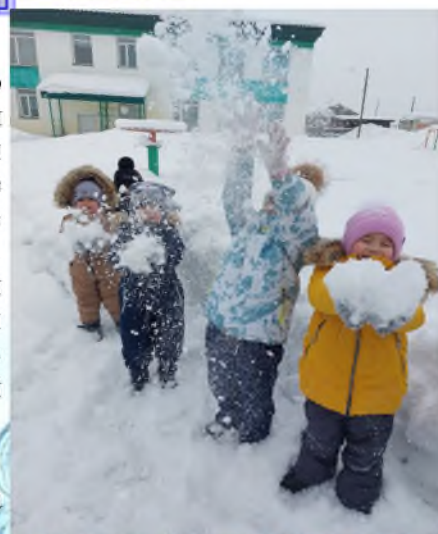


5 февраля 2024 года в рамках воспитательно – образовательной программы «Я познаю мир» воспитанники отделения временного проживания и социальной реабилитации несовершеннолетних знакомились с новым стихотворением Агнии Барто «Я знаю, что надо придумать». На уроке ребята наглядно изучили незнакомые слова (сугробы, холмы), разобрали стихотворение по вопросам, тем самым закрепив умение отвечать полным предложением. Выполнили образно – игровые упражнения, улучшив свою физическую активность. И все дружно, опираясь на приёмы мнемотехники, которые основаны на кодировании информации в виде визуальных образов, повторяли стихотворение. В целом, данное занятие способствовало формированию положительного отношения к поэзии.

Материал подготовила воспитатель В.А. Муленкова

«Зимний месяц - февраль»

6 февраля 2024 года с детьми, посещающими ГДП «Улыбка», проведено развивающее занятие на тему «Зимний месяц - февраль». Во время занятия воспитанники узнали, что февраль - последний месяц зимы, самый снежный и вьюжный. Часто метели бушуют сутками. В феврале день становится длиннее и заканчиваются самые длинные зимние ночи. В солнечные дни в феврале начинают весело чирикать воробьи, предсказывая скорый приход весны. Большой интерес у ребят вызвало чтение сказки «12 месяцев», где юная девочка смогла повстречаться одновременно с представителями всех времен года. А завершилось занятие веселыми играми на свежем воздухе. Малыши с удовольствием кувыркались в снегу, наслаждаясь по-февральски теплой погодой.



Материал подготовила воспитатель О.С. Красильникова

Добрые волшебники



В современном быстро меняющемся и зачастую эгоцентричном мире воспитание доброты в детях важно, как никогда и имеет множество преимуществ:

- доброта способствует формированию позитивных взаимоотношений с другими людьми;
- улучшает эмоциональное состояние ребенка;
- развивает эмпатию;
- у добрых детей, как правило, более высокая самооценка и стрессоустойчивость;
- учась быть добрыми, дети приобретают навыки мирного разрешения конфликтов, начинают лучше понимать других и устанавливать более прочные социальные связи.

7 февраля 2024 года воспитатель В.А. Муленкова на занятии кружка «Азбука вежливости» провела игровую ситуацию «Добрые волшебники»: к детям обратились маленькие эльфы и попросили расколдовать их волшебный лес. Выполняя различные задания, ребята учились брать на себя ответственность, сопереживать, выражать благодарность и отвечать взаимностью тем, кто проявил к ним

доброту, моделируя доброе поведение в своем повседневном общении с другими людьми. Но главным открытием для детей стало понимание того, что их действия могут оказывать положительное влияние на окружающих и это делает их настоящими волшебниками!

Материал подготовила воспитатель В.А. Муленкова

"Совушка-сова"



Аппликация - это занятие, которое помогает развить творческое мышление и моторику у детей, развивает навыки рукоделия и визуальное восприятие. 9 февраля 2024 года воспитатель Н.М. Бобарькина с детьми, посещающими группу дневного пребывания «Улыбка», провела творческое занятие «Совушка-сова». Ребята с интересом посмотрели познавательный фильм «Сова-летающая кошка», в котором узнали об особенностях жизни этой птицы, которые удивили их. Внимательно рассмотрев картинки с изображением совы и прослушав напоминание о технике безопасности ребята приступили к работе. С помощью цветной бумаги, ножниц, клея и ловких ручек у всех детей получились чудесные аппликации. Создание аппликации веселое и творческое занятие, если дать детям свободу для самовыражения. Отлично развивает воображение и приносит удовольствие детям, когда они видят результат своего труда.

Материал подготовила воспитатель Н.М. Бобарькина

Аппликация из фетра

Изготовление аппликаций из фетра - это замечательное занятие для развития творческих навыков у детей. Фетр - удобный и мягкий материал, который позволяет детям безопасно выполнять яркие аппликации.

11 февраля 2024 года воспитанники, проживающие в условиях временного приюта, погрузились в увлекательный процесс создания аппликации с любимыми персонажами из мультфильмов. Работа требовала от ребят большого внимания, сосредоточенности и они очень старались. В итоге получились красивые картинки с попугаем Кешей, котенком Гав и другими мульт героями.

Дети вдохновенно трудились и наслаждались процессом создания своих произведений. А отличные результаты творчества, конечно, их порадовали.



Материал подготовила воспитатель Е.А Гусак

«Осторожно – незнакомец!»



По утверждению психологов, дети всегда ориентированы на взрослых: доверяют им и легко идут на контакт даже с незнакомыми людьми. К сожалению, об этом знают и злоумышленники, жертвами которых может стать ребенок. Задача родителей и воспитателей – защитить малыша от опасных незнакомцев и научить его правильно реагировать на проявления внимания с их стороны. С этой целью 15 февраля 2024 года для детей, посещающих группу дневного пребывания «Улыбка», воспитателем В.А. Муленковой было проведено занятие по ОБЖ на тему «Не открывай дверь незнакомым людям!». Ребята рассматривали иллюстрации к сказкам «Волк и семеро козлят», «Жихарка», «Кот и петух», учились анализировать и устанавливать причинно-следственные связи, описывая ситуации сказочных персонажей. Чтение стихотворения «Находчивый Дима» напомнило детям о том, что в случае опасности необходимо звонить в службы 01, 02 и 03. Закрепили ребята полученную информацию, играя в дидактические игры «Можно – нельзя», «Где ошибка?», «Опиши ситуацию» и разучили стихотворение «Постовой» с элементами двигательной активности.

Материал подготовила воспитатель В.А. Муленкова

Великие люди России



Россия – великое государство, занимающее первое место на планете по территории. Однако главную ее гордость составляют выдающиеся граждане, оставившие заметный след в истории. Наша страна взрастила огромное количество известных ученых, полководцев, деятелей искусства с мировым именем. Их достижения позволили России занять одну из лидирующих позиций в списке супердержав планеты.

Кто же они, выдающиеся граждане России? На этот вопрос получили ответ воспитанники нашего Центра на занятии кружка «Азбука вежливости», которое провела 19 февраля 2024 года воспитатель В.А. Муленкова в форме выставки-презентации, посвященной Дню российской науки. Ребята рассматривали фотографии великих людей, прославившихся в различных сферах деятельности, узнали о том, чем и в какой степени они оказали влияние на ход как российской, так и мировой истории. После презентации

дети ответили на вопросы викторины, сложили пазлы картины В.М. Васнецова «Три богатыря» и читали сказку А.С. Пушкина «Золотой петушок».

Мероприятие было направлено на развитие творческих и исследовательских способностей детей, формирование у них нравственно-патриотических чувств и воспитание чувства собственного достоинства, как у представителей своего народа, а также уважения к прошлому, настоящему и будущему нашей страны.

Материал подготовила воспитатель В.А. Муленкова

Знакомство с музыкальными инструментами



Знакомство детей с музыкальными инструментами является важной частью их развития. Дети не только пробуют играть на инструментах, но и развивают музыкальный слух, координацию движений и творческое мышление.

21 февраля 2024 года воспитатель Н.М. Бобарыкина в рамках образовательной программы «Я познаю мир» познакомила воспитанников, посещающих группу дневного пребывания «Улыбка», с различными музыкальными инструментами. Были продемонстрированы разные инструменты (ксилофон, гармонь, трещотка и другие), ребята попробовали свои умения в игре на них. Всем понравилась игра на ксилофоне, его нежное хрустальное звучание не оставило детей равнодушными. Ребята угадывали загадки про музыкальные инструменты и прослушали музыку из мультфильма «Бременские музыканты» и попробовали угадать, какие инструменты в ней звучат. Ну, а после физкультминутки дети с удовольствием стали рисовать

музыкальные инструменты. У ребят получились очень красивые, яркие рисунки. В целом занятие подарило много положительных эмоций и способствовало формированию у детей любви к музыке и раскрытию их творческого потенциала.

Материал подготовила воспитатель Н.М. Бобарыкина

Открытка для солдата

По всей стране сейчас проходит Всероссийская акция «Открытка солдату к 23 февраля». Накануне предстоящего праздника Дня Защитника Отечества ребята, проживающие в условиях временного приюта, своими руками изготовили поздравительные открытки. Работая над открыткой, каждый ребенок проникся чувством патриотизма и гордости за героизм и смелость тех, кто сражается с фашистской нечистью! С особой любовью и гордостью ребята делали именные открытки для Камчатской 40-й отдельной бригады морской пехоты «Шторм», исполняющих долг на спецоперации: для них открытка - добрая весточка из дома, станет отличным подарком к празднику и огромной поддержкой морального духа, которую ребята выразили в стихах:

*На черных беретах горят якоря,
Вас «черные дьяволы» звали не зря,
Вы первыми в бой поднимались всегда,
Ведь ваша стихия – земля и вода.*

*И в мыслях звучит завещание деда:
«Морской пехотинец, где ты – там победа!».*

Дети прониклись духом патриотизма и ощутили себя защитниками Родины, ведь их усилия и старания дают моральную поддержку нашим солдатам, помогая тем самым победить врага. Несмотря на юный возраст, наши воспитанники понимают, как сейчас это важно!



Материал подготовила воспитатель В.А. Муленкова

«За здоровьем наперегонки - 2024»

Пожалуй, для большинства подростков Мильковского муниципального округа февраль ассоциируется не только с празднованием Дня Защитника Отечества, но и с замечательным, ставшим уже традиционным, окружным интеллектуально-спортивным мероприятием «За здоровьем наперегонки».

В этом году конкурс приурочен к Году семьи в России и Году здорового образа жизни в Камчатском крае (в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»). Конкурсные мероприятия проходили в два этапа.

В рамках первого заочного этапа группа поддержки каждой из 4 команд изготовила видеоролик социального характера на тему: «Наши аргументы против!». Работы оценивались с 5 по 12 февраля 2024 года путем голосования на странице учреждения в Телеграмм, ВК, а также учитывались мнения жюри конкурса. По итогам голосования победу одержал видеоролик команды сменной школы.

15 февраля 2024 года в физкультурно-оздоровительном комплексе «Сокол» состоялся второй этап конкурса. Соревновались 4 команды округа: «Лидер» (КГОБУ МСШ № 1), «ЗОЖигалки» (КГОБУ МСШ № 2), «Танки» (КГОБУ МОССШ) и «Вулкан» (МБОУ ШСШ). Очень достойное приветствие подготовила команда второй школы, не сдавали «ЗОЖигалки» свои позиции и в спортивной эстафете. Команда сменной школы «Танки» проявила лучшие знания в интеллектуальной викторине. Накал страстей отмечен на этапе «Канат», когда команда первой школы «Лидер» приложила максимальные усилия, чтобы приблизиться к заветному призовому месту. Стойко проходила испытания команда Шаромской школы. Не остались в стороне болельщики. Результаты сданных зрителями тестов ГТО, были включены в общий зачет баллов команд. Ярким и национально-колоритным украшением праздника стали выступления воспитанниц Мильковской детской школы искусств, исполнивших для зрителей зазорные русские народные танцы.

По итогам конкурса победу одержала команда «ЗОЖигалки», второе место с разницей в 4 балла заняла команда «Лидер», на третьем месте (с небольшим отставанием) - команда «Танки».



Сравнение целого и части предмета

19 февраля 2024 года, с детьми, посещающими ГДП «Улыбка», прошло занятие в рамках образовательной программы «Я познаю мир» на тему: «Сравнение целого и части предмета», в ходе которого воспитанники учились делить на равные части фигуры, соотносить доли, закрепили навыки прямого и обратного счета, развивали умение конструирования из геометрических фигур, а также повторили цвета и пространственные отношения.

Материал подготовила воспитатель О.С. Красильникова



Мастер - класс «Под русским флагом»



Защитники Отечества есть в каждой семье – это и дедушки, и старшие братья, и, конечно же, любимые папы. В преддверии праздника 21 февраля 2024 года в творческой мастерской прошел мастер-класс по изготовлению подарка к 23 февраля. Дети своими руками изготовили объемную поздравительную открытку с использованием простых подручных материалов.



«Патриот»

20 и 21 февраля 2024 года в рамках клуба «Патриот» для ребят, посещающих группы дневного пребывания Центра, проведен цикл патриотических мероприятий. В преддверии праздника в творческой мастерской «Радуга» воспитанники приняли участие в мастер-классе «Под Российским флагом», изготовив поздравительные открытки ко Дню Защитника Отечества. Затем подростки побывали на познавательном часе «Армейский магазин», проведенном специалистом библиотеки Н.С. Дорошенко. Ребята узнали историю возникновения праздника 23 февраля и приняли участие в мастер-классе «Битва героев» по изготовлению военной техники. В завершении цикла патриотических мероприятий, для юношей состоялись мини состязания в спортивном зале Центра. Мальчишки проявили свои возможности в ловкости, скорости и смекалки, то, что необходимо юному бойцу.

Материал подготовила социальный педагог Л.А. Косырева

Ура! Да здравствуют зимние именинники!



29 февраля 2024 года на семейном клубе «Оранжевое настроение» чествовали зимних именинников. Родителям и детям организаторы праздника предложили развлекательную поздравительную программу с весёлыми играми-танцами; песнями и хороводными забавами; интересными мастер-классами. Ведущие Е.А. Гусак разыгрывала с гостями простые детские мелодии на музыкальных инструментах, а М.Н. Абельцева предложила три лёгких рецепта выпечки

для украшения праздничного стола: творожные конвертики, яблочные бутербродики, сдобные пышечки. Специалист библиотеки семейного чтения Н.С. Дорошенко заинтересовала аудиторию самодельными открытками, лёгкими в изготовлении. Всё вместе: музыкальное настроение, забавные открытки, весёлые поздравления - привнесли хорошее настроение, задор, радость, а вкусная сдоба украсила праздничный стол! Атмосфера праздника коснулась каждого именинника, гостя, организатора, а капельку цвета наступающей весны гости забрали с собой в виде воздушных шаров!

Материал подготовила воспитатель М.Н. Абельцева



Радуйтесь
ВМЕСТЕ



Немного о зеркале здоровья

В русском литературном языке есть множество пословиц и поговорок о зубах, но самая точная, пожалуй, следующая - «Глаза - зеркало души, зубы - зеркало здоровья!», а ещё неизменная составляющая красивой улыбки!

26 февраля 2024 года воспитанники групп дневного пребывания «ПоЗнайка» и «Успех» стали участниками профилактической беседы, посвящённой Международному дню стоматолога. Старшая медицинская сестра В.В. Пухова раскрыла ребятам значение и неоспоримую ценность такого, казалось бы, незначительного и маленького органа человеческого организма!

Общение получилось живым, захватывающим и интересным. Аудитория узнала много секретов, исторических фактов, полезных советов и предостережений, относящихся к здоровью зубов! Как говорит народная мудрость: «Мал, да удал!» Вот такие они маленькие, но очень важные наши белые зеркала здоровья!!!



Материал подготовила медицинская сестра В.В. Пухова

Солнечный рецепт

Постепенно наступает весна, пригревает тёплое солнышко, увеличивается световой день и появляется весеннее настроение, но и сказывается нехватка витаминов! Чтобы помочь своему организму справиться с ситуацией, 27 февраля 2026 года воспитанники клуба «Домашняя энциклопедия» под руководством М.Н. Абельцевой затеяли вкусный витаминный солнечный рецепт «Яблочные оладушки». Форма выпечки напоминает солнышко, а его содержимое отлично дополнит запас витаминов! Всё соответствовало настроению: топленое солнечное масло, пышное тесто, аромат яблок и капелька душистого лимона! Рукотворные оладушки с пылу с жару украсили наше чаепитие!

Материал подготовила воспитатель М.Н. Абельцева



Советы медика



ЗАКАЛИВАНИЕ ДЕТЕЙ

Закаливание - это целый спектр мероприятий, который включает в себя - воздушные, солнечные, ножные ванны, обтирание и имеет цель повысить сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, оно так же направлено на профилактику простудных заболеваний, т.к. вырабатывает устойчивость организма к переохлаждению.

Закаливание начинают с более мягких, щадящих процедур, а именно воздушных и солнечных ванн, затем переходят к обтиранию (обтирание начинают с температуры воды, соответствующей температуре кожи в области сердца), обливанию, и только затем включают в закаливание водой.

Начинают закаливание воздушными и солнечными ваннами при температуре воздуха от 24 градусов для детей раннего возраста, от 18 градусов для детей старшего возраста, и от 12 градусов для взрослых. Необходимо раздеть ребенка и активно подвигаться. Продолжительность первого сеанса закаливания может не превышать 1 минуты, постепенно закаливание увеличивается до 40 минут.



Закаливающие воздушные процедуры:

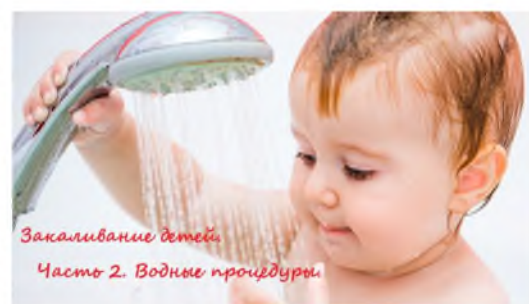
Проветривание комнаты. Температура воздуха в комнате ребёнка должна быть от 20 до 22 градусов. Проветривание зимой можно проводить в присутствии ребенка. Проветривать зимой необходимо 4-5 раз в день, а летом – постоянно.

! Сквозное проветривание проводят при отсутствии ребёнка в комнате.

Прогулки. В нашей климатической зоне зимой длительность прогулок – от 30 до 40 минут при температуре от -15 до -20 градусов Цельсия и постепенно увеличивать продолжительность прогулок до 1-1,5 часов не допуская переохлаждения.

Закаливание воздушными и солнечными ваннами должно происходить в форме игры, обязательно следует учитывать индивидуальные особенности состояния здоровья и настроения ребенка.

И помните! Чем раньше начать закаливание, тем скорее будет решена проблема низкой сопротивляемости организма к инфекциям.



Закаливание водой:

Контрастные водные процедуры:

- контрастные ножные ванны;
- контрастное обтирание;
- контрастный душ.

Контрастные ножные ванны: Ставят два таза с водой, чтобы уровень ее доходил до середины голени. В одном тазу вода должна быть горячей 38-40 градусов, а в другом при первой процедуре – на 3-4 градуса ниже. Ребёнок сначала погружает ноги в горячую воду на 1-2 минуты и барахтает ими в воде, а затем «перескакивает» в таз с прохладной водой на 5-20 секунд. Менять горячие и прохладные ножные ванны 3-6 раз. Каждые 5 дней температуру воды во втором тазу снижают на 1 градус, доводя до 17-12 градусов. У ослабленных детей процедуру заканчивать горячей водой. У крепких и здоровых - прохладной. Придумайте ребёнку свою сказку или забавную историю, чтобы проводить контрастные процедуры в виде игры.

Контрастный душ: Можно использовать для детей старше 2-х летнего возраста. При этом ребёнок стоит под «горячим дождевиком» 1-2 минуты, а затем под «холодным» - 10-20 секунд. Чередовать 5-10 раз.

Ванны с обливанием:

Вода для первого обливания - около 26 градусов, сначала обливают стопы прохладной подготовленной водой, а затем спину вдоль позвоночника до затылка. После обливания ребенка промокают, закутывают в банное полотенце. Через 15 минут его одевают. Рекомендуется каждые 3-5 дней снижать температуру воды для обливаний на 1 градус, доходя до температуры воды 18-20 градусов.

И помните! Закаливание только тогда эффективно, когда холодной водой обливают теплого ребенка.

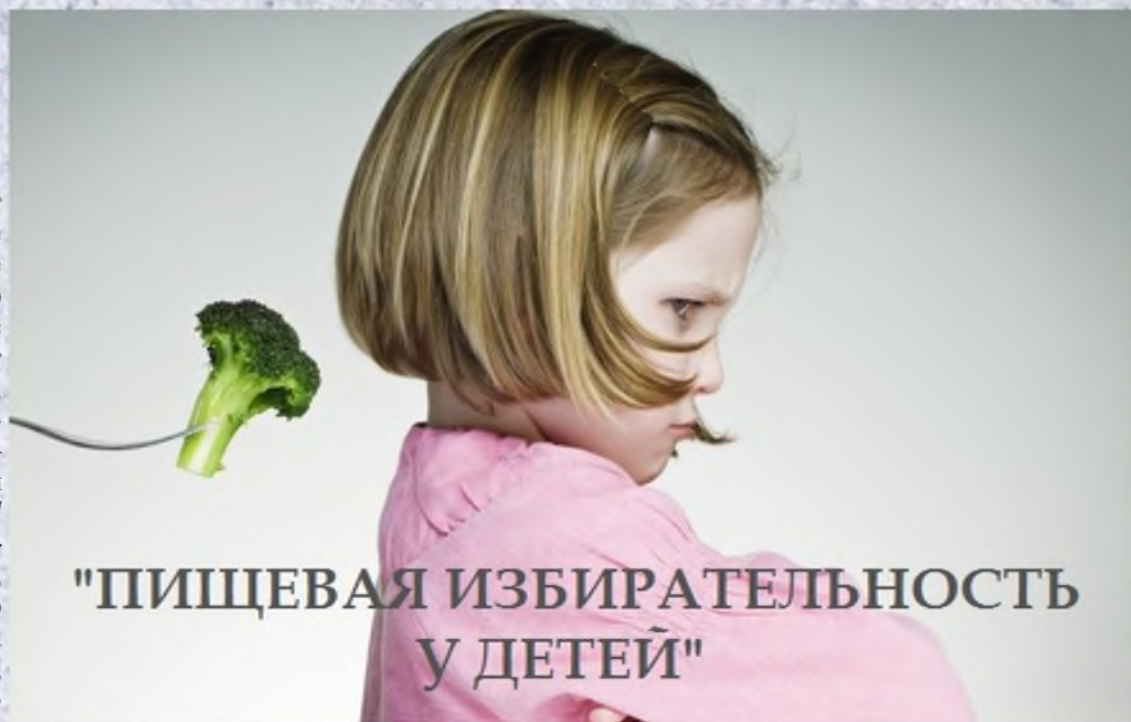
Материал подготовила старшая медицинская сестра В.В. Пухова

ПОЧЕМУ ОН МАЛОЕЖКА?

Пищевая избирательность у детей дошкольного и младшего школьного возраста

Избирательный аппетит у детей — явление нередкое и, конечно же, тревожащее родителей. Врачи часто сталкиваются на приеме с подобными жалобами от родителей: «он ничего не ест», «ест только свои любимые...» и далее варианты — «макароны, булочки, сладости», «он не любит овощи/фрукты». Такая избирательность в еде, действительно, доставляет родителям немало переживаний. Многие из них прекрасно понимают, насколько важно сбалансированное и полноценное питание

в формировании здоровья ребенка. Кто же они, дети с избирательным аппетитом и как мы можем им помочь? Понятие «избирательный аппетит» достаточно новое, детей с такой особенностью называют капризными едоками или малоежками.



Родителям на заметку

Хотелось бы рассказать о том, как родители могут способствовать формированию нормального аппетита ребенка и заложить фундамент правильного пищевого поведения.

1. Полноценный разнообразный, сбалансированный рацион женщины во время беременности. Обязательное включение в ежедневный рацион разнообразных фруктов и овощей.
2. Грудное вскармливание на первом году жизни, при этом питание женщины также должно оставаться полноценным и сбалансированным.
3. Своевременный прикорм (4–6 месяцев) без добавления соли и сахара.
4. Принятие пищи должно проходить в приятной атмосфере.
5. Благоприятный психологический климат в семье.
6. Принятие вкусовых предпочтений ребенка.
7. Кормление ребенка исходя из его циклов «голод — насыщение». Формирование этих циклов за счет сокращения перекусов. Например, сладкое можно только через 20 минут после основного приема пищи, перед едой сладкое недопустимо.
8. Родители — как первый и главный пример пищевого поведения.
9. Участие ребенка в приготовлении пищи.
10. Знакомство ребенка с новыми продуктами (это можно делать не только непосредственно за столом, но и через сказки, игру, рисование и т. д.).

При приготовлении пищи использовать любимые ребенком продукты в сочетании с новыми и нужными продуктами в рационе. Например, любимую ребенком кашу сочетать с ягодами или макароны с овощами или добавлять в творожную запеканку морковь или тыкву и т. д.

О том, что делать родителям не следует

Не следует манипулировать едой («веди себя хорошо — получишь сладкое, а будешь шуметь — ничего не получишь»), использовать еду в качестве награды, прибегать к насильственным методам кормления, предлагать еду ребенку во время развлечений (кормление за просмотром мультфильмов, например), демонстрировать ребенку чрезмерное внимание к количеству съеденной им пищи.

Важно знать! Проблема избирательного и сниженного аппетита в детском возрасте — частая ситуация. Ее нельзя игнорировать. Чем раньше эта ситуация будет скорректирована, тем ниже риск негативных последствий сниженного аппетита.

«СООБЩИ ГДЕ ПРОДАЮТ ВЕЙПЫ ДЕТЯМ»

На территории Камчатского края в период с 1 по 29 февраля 2024 года под эгидой Уполномоченного по правам ребенка в Камчатском крае пройдет межведомственная акция

«СООБЩИ ГДЕ ПРОДАЮТ ВЕЙПЫ ДЕТЯМ»

Федеральным законом от 28.04.2023г. № 178-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» введен полный запрет продажи вейпов и жидкостей для них несовершеннолетним.

Кроме того, данным законом введены существенные ограничения и запреты на продажу устройств для потребления никотиносодержащей продукции, а также расходных материалов к ним:

- продавать вейпы и кальяны можно только в магазинах и павильонах;
- торговля вейпами и кальянами должна производиться путем размещения в торговом зале перечня такой продукции с указанием цены без использования каких-либо графических изображений и рисунков;
- открытая выкладка вейпов и кальянов в торговых точках запрещена, демонстрация вейпов покупателю в торговом объекте может осуществляться только по его требованию после ознакомления с перечнем продаваемой продукции;
- запрещено продавать вейпы и кальяны на выставках, онлайн и в автоматах.

Предлагаем всем заинтересованным лицам, прежде всего родительским сообществам, образовательным организациям, для оперативного реагирования направлять сообщения, авторизованные через ЕСИА (Госуслуги) в Управление Роспотребнадзора по Камчатскому краю на электронную почту Уполномоченного prava41@mail.ru

Служба оказания экстренной психологической помощи населению по телефону



8 800 2000 122

Детский телефон доверия
для детей, подростков и их родителей



Всем нам порой нужна помощь, особенно, когда трудно и на душе тяжело. Бывают ситуации, о которых не хочется рассказывать родным, близким, друзьям.
Как быть тогда? Что делать? К кому обратиться?

8 800 2000 122

Детский телефон доверия

по любому интересующему вопросу, с любой проблемой!
Ваше обращение заслуживает внимания!
Ваша ситуация будет рассмотрена!

ВЫХОД ЕСТЬ ВСЕГДА!

анонимноконфиденциально
круглосуточно

Звонок бесплатный с любого телефона

Воспитывать сложно.
Позвонить легко!

8-800-2000-122
бесплатно, анонимно



Детский телефон доверия –

территория семьи, территория безопасности!

Сайт <https://telefon-doveria.ru/>

Телефон доверия предоставляет возможность обсудить свои эмоциональные состояния, возможные проблемы в отношении с близкими, жизненные проблемы различного характера, неожиданно возникшие кризисные ситуации.

На Детском телефоне доверия работают специалисты-психологи, имеющие высшее образование, прошедшие специальное обучение и отбор. Они постоянно повышают уровень профессиональной квалификации, имеют опыт работы в кризисном консультировании, а также опыт работы с в дистанционном и в очном форматах.

Разговор с понимающим, сопереживающим, а самое главное, с квалифицированным собеседником-психологом – важный шаг в решении Вашей проблемы! Сделай его - позвони

на Детский телефон доверия!



ПЯТЬ УГЛОВ

Опасные хобби подростков

Речь не пойдет о вредных привычках, таких как употребление наркотиков и алкоголя и курение, которые требуют оказания немедленной помощи со стороны близких и родных.

Но существует ряд других увлечений, безобидных только на первый взгляд:

1. **Руфинг.** Произошло от английского слова «roof» — крыша. Руферы занимаются тем, что забираются на крыши высоких сооружений и разгуливают по крыше без всякой страховки.
2. **Планкинг.** Создание фотографий, на которых человек лежит на животе с вытянутыми по бокам руками, напоминая планку. Фотографии выкладываются в социальные сети, где другие пользователи оценивают оригинальность и «крутизну» планкера. Наибольшей популярностью пользуются фотографии, на которых человек изображен в условиях, близких к экстремальным: на стреле строительного крана, на краю крыши или балкона, на крыше транспорта.
3. **Диггинг** (от английского «dig» — копать) **и сталкинг** (по названию популярной игры «S.T.A.L.K.E.R.»). Эти увлечения связаны с посещением заброшенных мест, в некоторых случаях военного назначения. Диггеры предпочитают бродить по заброшенным веткам метро и тоннелям, а сталкеры исследуют разрушенные дома, заводы и даже военные базы. Опасность заключается в риске случайного обрушения пола и потолка, обвала лестницы. А порой некоторые объекты и тоннели могут оказаться вполне обитаемыми: в подвалах нередко можно встретить бомжей или преступников, а заброшенные объекты могут находиться под охраной, которая в случае проникновения может не разобраться в том, что на ее территорию попал любопытный подросток, и применить оружие.
4. **Зацепинг.** Тинейджеры путешествуют на троллейбусах и автобусах, и даже на электричках, зацепившись за любые внешние поручни. Очевидно, что велик риск сорваться и попасть под колеса идущего транспорта. У водителя просто не будет времени применить экстренное торможение.
5. **Бейсджампинг.** Опытным парашютистам известно, что для прыжка необходима минимальная высота, дающая время на группировку в воздухе и раскрытие парашюта. Бейсджамперы прыгают с парашютами с высотных объектов, оставляя себе минимум времени для безопасного приземления.
6. **Собачий кайф.** Человек несколько секунд повышает давление серией быстрых вдохов и выдохов, подобно собачьему дыханию, придушивает шею на несколько секунд, а затем отпускает. Резкий прилив крови к головному мозгу дает чувство эйфории. Надо ли говорить, что такая забава является игрой со смертью и может плохо закончиться в любой момент?

Существует еще множество других «уличных» забав, связанных с экстримом и повышенным травматизмом.

К ним относятся:

1. **Бейслаймбинг** (лазанье по отвесным стенам без страховки).
2. **Роуп-джампинг** или **банджи-джампинг** (прыжки с моста на резинке).
3. **Акрострит** и **паркур** (акробатика с использованием уличных объектов: перил, лестниц, а также исполнение сальто с разбега).

Все эти увлечения являются экстремальными, так как имеется высокий риск получения травм, вплоть до летального исхода.

Главная опасность заключается в том, что все уличные хобби выполняются без каких-либо страховок, контроля опытного инструктора и ответственности за жизнь.