



выпуск 3

"Унылая пора! Очей очарованье!"



На деревьях листьев мало.  
На земле — пелшворот.  
Из лоскутьев одеяло  
На прощанье осень шьёт.

(С.Островский)

Со-действие



Информационный журнал



**Бюджетное учреждение социального обслуживания  
Удмуртской Республики  
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ НАСЕЛЕНИЮ  
«СОДЕЙСТВИЕ»**



**ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЖУРНАЛ**

Руководитель Фадеева Наталья Васильевна

Редактор-оформитель Тренина Ольга Александровна

**Материал подготовили:**

Тренина О.А., Угланов П.В., Шаймарданова В.Е., Килимаева Е.С., Маланина О.Н., Саркисян Е.А., Ванюшева Е.М., Чигвинцева В.О.

**НАШИ КОНТАКТЫ:**

УР, 426039, г. Ижевск, Воткинское шоссе, 110 А  
Тел. 8(3412) 44-16-35, 8(3412) 44-40-88  
Email: social95@minsoc18.ru  
Сайт: sodeistvie18.ucoz.net

Ижевск, 2016 г.

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>Для справки</b> .....	4
До свидания, сентябрь!.....	4
<b>История и факты</b> .....	5
День знаний .....	5
День пожилых людей.....	5
Международный день социального педагога .....	6
День народного единства и День Государственности Удмуртии .....	6
День психолога в России.....	7
День матери в России .....	7
<b>Здоровый образ жизни</b> .....	8
Осенняя депрессия .....	8
<b>Советы психолога</b> .....	11
Выходим из отпуска без стресса .....	11
Советы по адаптации первоклассников.....	14
<b>Творчество</b> .....	18
«Творческая мастерская».....	18
<b>Правовая страница</b> .....	21
ВНИМАНИЕ! «Комендантский час» .....	21
Права и обязанности обучающихся.....	23
<b>Вопрос-ответ</b> .....	25
Спрашивали-отвечаем... .....	25
<b>ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА</b> .....	28

# Для справки

## ДО СВИДАНИЯ, СЕНТЯБРЬ!

С 22 сентября по 4 октября в БУСО УР «СоДействие» в рамках проекта «Социально-опасное положение семьи и детей: проактивный подход к решению проблемы», реализуемого общественной организацией «Центр поддержки женских инициатив «Теплый дом»» специалисты учреждения провели мероприятия для социальных педагогов, психологов общеобразовательных школ, специалистов учреждений социального обслуживания города Ижевска.

**Цель проекта:** улучшение ситуации в семье, находящейся в социально - опасном положении, посредством профилактических мероприятий.



### 26 Всемирный День сердца

Специалисты БУСО УР «СоДействие»  
приняли участие во  
«Всемирном Дне сердца»

сентября



### 13

### Школа принимающих родителей.

Тема занятия - «Воспитание детей»

сентября



### 9

### Праздник цветов

Специалисты БУСО УР «СоДействие»  
приняли участие в «Празднике цветов»

сентября

*Материал подготовила Тронина О.А.*

# История и факты

## ДЕНЬ ЗНАНИЙ

Дата: 1 сентября



Изначально **1 сентября** отмечали праздник жатвы. В России ещё во времена Петра I в этот день было принято праздновать Новый Год.

Сейчас 1 сентября является государственным праздником под названием «День знаний». **Официально День знаний начали отмечать в СССР с 1984 года.**

До того, как День 1 сентября получил статус государственного праздника, он был учебным днём. Хотя и начинался этот день с торжественной линейки, но затем проводились уже и обычные уроки. Первые лица государства 1 сентября традиционно поздравляют учителей и учеников с Днём знаний. Различные учебные заведения посещаются представителями администрации районов и городов.

Можно сказать, что в России нет человека, который не вспоминал бы с радостью день первого звонка, свою первую учительницу и школьных друзей.

<http://www.inmoment.ru>

## ДЕНЬ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Дата: 1 октября



**14 декабря 1990** года Генеральная Ассамблея ООН в своей резолюции 45/106 постановила считать 1 октября Международным днем пожилых людей (International Day of Older Persons). Сначала День пожилых людей стали отмечать в Европе, затем в Америке, а в конце 1990-х годов уже во всем мире. 1 октября во многих странах проходят различные фестивали,

организуемые ассоциациями в защиту прав пожилых людей, конференции и конгрессы, посвященные их правам и их роли в обществе.

В России 1 октября отмечается - **День пожилого человека**. Постановление правительства РФ о появлении этого нового праздника было выпущено 1 июня 1992 года. **День пожилого человека – это добрый и светлый праздник**, в который мы окружаем особым вниманием наших родителей, бабушек и дедушек. Этот праздник очень важен сегодня, т.к. он позволяет привлечь внимание к многочисленным проблемам пожилых людей, существующим в современном обществе.

<http://www.calend.ru> , <http://www.inmoment.ru>

# История и факты

## МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ СОЦИАЛЬНОГО ПЕДАГОГА

Дата: 2 октября

**День педагога** — важный праздник. Ведь благодаря педагогам мы можем многое. Педагоги, наверное, самые главные люди. Ведь именно учителя готовят новое поколение, новых специалистов.

Работа именно социального педагога — чрезвычайно важная, ведь такой педагог является посредником между взрослыми и детьми, защитником прав ребёнка.

Международный день **социального педагога** ежегодно отмечается второго октября. Это достаточно молодой праздник. В 2009 году в Копенгагене состоялась XVII Международная конференция социальных педагогов.

Именно на XVII Международной конференции социальных педагогов было принято решение создать международный праздник всех социальных педагогов.

С Днем социального педагога!



<http://sloovo.com/ru>

## ДЕНЬ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА И ДЕНЬ ГОСУДАРСТВЕННОСТИ УДМУРТИИ

Дата: 4 ноября



День народного единства в России отмечается 4 ноября с 2005 года и отсылает нас к далекому 1612 году и земскому ополчению Минина и Пожарского. **Осенью 1612 года** в Нижнем Новгороде возникло народное движение за освобождение русских земель от иноземных захватчиков (поляков). Возглавили это движение нижегородский земский староста Кузьма Минин и опытный воевода князь Дмитрий Пожарский.

После первой победы народному ополчению все-таки пришлось отступить на левый берег Москва-реки. **22 октября** (4 ноября по новому стилю) соратники Минина и Пожарского вступили в Китай-город, а спустя четыре дня польский гарнизон, засевший в Московском Кремле, капитулировал.

**4 ноября – двойной праздник.** В этот день Удмуртия отмечает **День государственности**. Ведь именно 4 ноября 1920 года указом ВЦИК и СНК РСФСР была образована Удмуртская Республика.

**Удмуртия**, край в предгорьях Урала, в бассейне рек Камы, Чепцы и Вятки. Особая красота природы этого края в любую пору года завораживает. Тысячи родников питают малые и большие реки. Здесь живет трудолюбивый народ, история которого уходит вглубь веков и тысячелетий.

<https://ria.ru> , <https://ru.wikipedia.org> , <http://museumsarapul.ru>



# История и факты

## ДЕНЬ ПСИХОЛОГА В РОССИИ

Дата: 22 ноября

**День психолога** – это профессиональный праздник, который в России ежегодно отмечается 22 ноября. Инициатором праздника в нашей стране выступил Московский Государственный Университет. Дата приурочена сразу к нескольким событиям.



**Во-первых**, в этот день были открыты психологические факультеты в таких вузах как СПбГУ, МГУ и ряде других ведущих учебных заведений.

**Во-вторых**, именно в этот день в 1994 году состоялся Учредительный съезд Российского психологического общества в Москве. Сам же праздник в России начали отмечать в 2000 году.

На международном уровне существует официально установленная дата – **Всемирный день психического здоровья**, который отмечается с 1997 года. Этот праздник призван привлечь внимание общественности к проблемам современной психологии. На его основе и появился День Психолога.

Профессия психолога очень важна и востребована в современном обществе. Жизнь человека, особенно человека, живущего в крупном городе, полна стрессов и переживаний. Психологическое здоровье является неотъемлемым условием для нормальной жизни и деятельности. Поэтому очень важно его поддерживать.

[mycalend.ru](http://mycalend.ru)

## ДЕНЬ МАТЕРИ В РОССИИ

Дата: 27 ноября (дата для 2016 года)



Мама — первое слово,  
Главное слово в каждой судьбе.  
Мама жизнь подарила,  
Мир подарила мне и тебе.  
(Песня из к/ф «Мама»)

В России **День матери** стали отмечать сравнительно недавно. Установленный Указом Президента Российской Федерации Б.Н. Ельцина **№ 120 «О Дне матери» от 30 января 1998 года**, празднуется в последнее воскресенье ноября, воздавая должное материнскому труду и их бескорыстной жертве ради блага своих детей. С инициативой учреждения Дня матери выступил Комитет Государственной Думы по делам женщин, семьи и молодежи.

<http://www.calend.ru>

Материал подготовил Угланов П.В.

## ОСЕННЯЯ ДЕПРЕССИЯ

Осень... Просыпаясь утром, мы видим за окном темноту. Возвращаясь с работы, снова бредем в сумерках, пряча лицо от дождя и ветра. В голову все чаще лезут тоскливые мысли, настроение падает с каждым днем. Это сезонная осенняя депрессия. По утверждениям психологов ею страдает около 30% здоровых людей. Сезонные изменения настроения, подавленность, плаксивость, нежелание работать и общаться с друзьями или близкими, бессонница, или, наоборот, чрезмерная сонливость - это далеко не полный перечень проявлений, которые характеризуют осеннюю депрессию. Осенняя депрессия – это особое психоэмоциональное состояние, характеризующееся неустойчивостью настроения, чаще со снижением его фона, скудностью мышления с заикливанием на определенных ситуациях, иногда двигательной заторможенностью. Подверженный осенней депрессией человек не может найти себя в жизни, сдерживает свои потребности, теряет ощущение удовольствия.



### **Симптомы осенней депрессии.**

Первый из них – это состояние грусти. Грусть у людей обычно связана со снижением не только физической, но и психической активности, замыканием в себе, самоизоляцией и т.п.

Второй симптом осенней депрессии является — не покидающее наше сознание желание поспать, где бы мы ни находились.

Еще один симптом сезонной депрессии, наступающей в осенние дни, — мизантропия. Мы не просто отказываемся принимать участие в окружающей жизни, мы сознательно отталкиваем эту жизнь от себя. Даже если те или иные события объективно интересны и полезны для нас, мы этого не замечаем, так как восприятие притупляется, видеть очевидные вещи не хочется, да и не под силу.

Следующий симптом — ухудшение концентрации внимания. В обычном состоянии мы замечаем все, что происходит вокруг нас, способны, если это необходимо, рассмотреть предмет с более близкого расстояния, видеть его мельчайшие детали, особенности. Осенью все иначе: ни на чем серьезном внимание долго не сосредотачивается, смысл явления расплывается.

К симптомам осенней депрессии можно отнести и снижение либидо. Многим мужчинам и женщинам кажется, что уменьшение сексуального желания в осенние дни связано с какими-то серьезными заболеваниями биохимического свойства. Однако, чаще всего причина в осенней депрессии.





### **О причинах осенней депрессии.**

Единой точки зрения на причины возникновения депрессии в осеннее время нет. Но медики, в основном, сходятся в том, что виной всему являются гормональные изменения, которые происходят вследствие характерного для осеннего периода дефицита солнечного света. Уменьшение солнечной активности ведет к повышенному образованию в организме человека гормона меланина, который может стать фактором, провоцирующим развитие депрессивных состояний. Его образование усиливается ночью и в темное время суток, а под действием солнечного света количество этого гормона уменьшается. Следовательно, осенняя депрессия в некоторой степени обусловлена короткими днями и недостаточной инсоляцией.

Еще одним фактором, который ведет к развитию осенней депрессии, является психологический аспект. Осень – это конец года. Каждый человек начинает переосмысливать события этого проходящего временного периода. Не всегда все получается, не все мечты и желания воплощаются в жизнь. И эта незаконченность, ощущение нереализованности себя как личности приводят к тому, что человек начинает ощущать свою не востребованность: «Жизнь проходит, а я не сделал ничего полезного в ней». Настроение становится неустойчивым, апатия сменяется раздражительностью, грусть меняет озлобленность.

Не каждый человек подвержен осенней депрессии. Многим из нас очень нравится осень. Более того буйство красок, легкая прохлада, наступившая после знойного лета, прилив физических и моральных сил, которые мы получили в летние дни, непрерывно купаясь и загораая, стимулируют к творчеству.

Психологи отмечают, что чаще всего осенней депрессии подвержены женщины, которые в силу своей психофизиологии, образа жизни и социального статуса, занимаемого в обществе, более внимательны к внешним деталям и чаще склонны происходящее вокруг связывать со своим внутренним состоянием.

# Здоровый образ жизни

## Осенней депрессии нет!



Очевидно, что проблема массовой осенней депрессии существует и игнорировать ее глупо. В этой ситуации важен честный и грамотный ответ на вопрос: «А что же с ней делать?» Для того чтобы поддерживать хорошее настроение в осенний период времени важно внести в свой образ жизни определенные коррективы: больше гулять, заниматься физической активностью, дышать чистым воздухом. Кажется бы, довольно банальные рекомендации. Но сколько людей, страдающих от депрессии, не могут выполнить ни одного пункта из перечисленных!

Преодоление депрессивных настроений – это еще здоровый ночной сон, который должен занимать не менее восьми часов. Взбодриться можно также при помощи горячего чая, хорошего черного кофе, горького шоколада и сбалансированной диеты, акцент в которой делается на углеводы и витамины, в большом количестве содержащиеся в овощах и фруктах.

Кстати, несколько слов о физической активности. Ведь это не только пробежки трусцой по парку или пешие вылазки на природу, но и походы в бассейн, в фитнес-клуб, баню. Можно, кстати, попробовать поиграть в спортивные игры — футбол, хоккей, волейбол.

Огромный ресурс по преодолению депрессии – поддержание активных социальных отношений. Вспомните, сколько у вас друзей, да и просто знакомых, с которыми давно не встречались. Может быть пришла пора навестить их, поделиться пережитым.

Выход за рутинные рамки обыденного существования позволяет привнести в нашу жизнь новые веяния, идеи, смыслы. Это дает возможность посмотреть на нашу жизнь совершенно под другим углом зрения, более оптимистичным, чем ранее. В конце концов, если получается плохо или вообще не получается, можно обратиться к профессиональному психологу.

### *Источники:*

1. Журнал «Здоровье», 3 выпуск 2015 г.
2. [www.depressiinet.ru](http://www.depressiinet.ru)

*Материал подготовила Шаймарданова В.Е.*

## ВЫХОДИМ ИЗ ОТПУСКА БЕЗ СТРЕССА

**НЕОЖИДАННО!**  
Почти 80%  
заявлений  
об уходе написано  
после отпуска

До 90% своего  
времени люди  
проводят в  
помещениях

*Ах, как хочется вернуться на работу после отпуска свежей, стройной, загоревшей, полной сил и энергии! Для сохранения «отдыхательного заряда» важен правильный переход из расслабленного отпускного состояния в собранное, рабочее. Шесть советов от врача-иммунолога Олега Назара и психолога Илоны Рашковской помогут сделать этот переход плавным и гармоничным.*

<http://www.politforums.net/>

### 1. Правило четверга

Психологи и медики единодушны: лучший день для выхода из отпуска – четверг. Два рабочих дня уходят на обмен новостями с коллегами и плавное вхождение в курс дела.



За выходные человек отдыхает, а в понедельник приступает к работе в своей лучшей моральной и физической форме. Выход в понедельник грозит к пятнице повышенной усталостью и искренним недоумением: а был ли отпуск? В первые дни КПД отпускника не превышает 30 %, поэтому не стоит пытаться переделать все накопившиеся задачи в первые сутки. Важно рассортировать очередность дел по степени срочности и важности, не засиживаться в офисе допоздна и не принимать стратегических решений, не успев войти в курс дела.



## 2. Поддержка иммунитета

Загадка лета: две недели человек загорал на пляже, купался, вдыхал ионы морского воздуха, закалялся изо всех сил, а вернувшись в город, сразу заболел. Этот секрет иммунологи разгадали сравнительно недавно: оказывается, солнечная инсоляция в больших количествах снижает иммунитет.



<http://all4youuu.com/>

Чтобы заслуженный отпуск не закончился больничным, сразу же по возвращении домой стоит купить в аптеке пузырек с каким-нибудь растительным иммуномодулятором – эхинацеей, элеутерококком, корнем солодки в составе. Курс приема – месяц.

## 3. Правильное питание

Лучшие съедобные друзья крепкого иммунитета – всевозможные морепродукты, поэтому крабы, креветки, мидии будут приятным и полезным дополнением к послеотпускному меню. Адаптация пройдет успешнее, если вы включите в рацион побольше белков: рыбу, омлеты, зелень, кисломолочные блюда, фасоль, мясо.



<http://jivido100.ru>

## 4. Тренажер для IQ

Немецкие ученые выяснили, что у человека, несколько недель понежившегося на солнце, коэффициент интеллекта падает на двадцать процентов. Восстановление IQ это дело нескольких дней. Так что, если вам покажется, что, вернувшись на работу после отпуска, вы несколько поглупели не стоит о себе слишком плохо думать.



<http://sever-med.ru>

Для повышения сообразительности накануне выхода на работу пьем тонизирующие чаи из женьшеня, лимонника, обычный зеленый чай. Улучшают работу мозга свежевыжатые соки. Интеллектуальный хит сезона – яблочный фреш с добавлением меда и лимона.

## 5. Умеренность в спортзале

Иногда дамы, сокрушаясь по поводу потери формы за время отпуска, сразу же бросаются в спортзал и изнурительно тренируются, дабы быстро вернуться к прежним результатам. В сочетании с выросшей после отпуска рабочей нагрузкой это может серьезно подорвать здоровье, да и работоспособность будет ниже. Так что к тренировкам, как и к рабочим обязанностям, следует приступать постепенно. Например, если до отпуска вы ходили в ежедневно, то первую рабочую неделю ходите на занятия через день.



<http://multimarket.su/>

## 6. Оставаться в тонусе

Послеотпускная депрессия, как правило, посещает тех, кто уходит в слишком короткое или, напротив, чересчур долгое «плавание»: первые не успевают полноценно расслабиться, вторые кардинально выпадают из реальности. Оптимальная продолжительность отдыха – 14-28 дней.



<http://kolpino-city.ru>

Холерику, способному без проблем менять род деятельности и быстро входить в нужную колею, достаточно для отдыха двух недель. Флегматикам и меланхоликам этим количеством времени на отпуск не обойтись, эти люди долго привыкают к сменившейся обстановке, порою и трех недель мало. А вот энергичным сангвиникам хватит и недели, для того чтобы отдохнуть на всю катушку. Кстати, в своих исследованиях испанские ученые выяснили одну вещь: большинство их соотечественников с послеотпускной депрессией явно или втайне были недовольны своей работой. Так что если мысли о возвращении к рабочим будням навевают смертную тоску – есть повод задуматься: а тем ли делом вы занимаетесь? Возможно, пришло время его сменить? Ведь, как сказал кто-то из великих, если вы любите свою работу – считайте себя счастливчиком: в своей жизни вы не проработаете ни одного дня.

Источник [mnogo-teksta.ru](http://mnogo-teksta.ru)

Материал подготовила Маланина О.Н.

## СОВЕТЫ ПО АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



Поступление в школу - переломный момент в жизни каждого ребенка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни. Свойственные дошкольникам беспечность, беззаботность, погруженность в игру сменяются жизнью, наполненной множеством требований, обязанностей и ограничений.

Теперь ребенок должен каждый день ходить в школу, систематически и напряженно трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя, заниматься на уроке тем, что определено школьной программой, прилежно выполнять домашние задания, добиваться хороших результатов в учебной работе и т.д.

В этот же период жизни, в 6-7 лет, меняется и весь психологический облик ребенка, преобразуются его личность, познавательные и умственные возможности, сфера эмоций и переживаний, круг общения. Ребёнок переживает кризис 7 лет.

Свое новое положение ребенок не всегда хорошо осознает, но обязательно чувствует и переживает его: он гордится тем, что стал взрослым, ему приятно его новое положение. Переживание ребенком своего нового социального статуса связано с появлением «внутренней позиции школьника». Наличие «внутренней позиции школьника» имеет для первоклассника большое значение. Именно она помогает маленькому ученику преодолевать превратности школьной жизни, выполнять новые обязанности. Многочисленные «можно», «нельзя», «надо», «положено», «правильно», «неправильно» лавиной обрушиваются на первоклассника. Эти правила связаны как с организацией самой школьной жизни, так и с включением ребенка в новую для него учебную деятельность.

Нормы и правила порой идут вразрез с непосредственными желаниями и побуждениями ребенка. К этим нормам нужно адаптироваться. Большинство учащихся первых классов достаточно успешно справляются с этой задачей. Можно согласиться с мнением ряда психологов, что здоровый, любознательный, верящий в себя и умеющий строить взаимоотношения с другими людьми ребенок без серьезных проблем включается в школьную жизнь.



## Советы психолога

Тем не менее, начало школьного обучения является для каждого ребенка сильным стрессом. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. У первоклассников в первые дни (недели) посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышаться температура, обостряться хронические заболевания. Дети, казалось бы, без повода капризничают, раздражаются, плачут.



Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к ее основным требованиям, существует у всех первоклассников. Только у одних он длится один месяц, у других - одну четверть, у третьих - растягивается на весь первый учебный год. Много зависит здесь от индивидуальных особенностей самого ребенка, от имеющихся у него предпосылок овладения учебной деятельностью.

### **Кризис семи лет.**

**К возрасту семи лет** завершается формирование мышления, памяти, самосознания. Всё это способствует успешной адаптации к процессу обучения. И ведь обучение в школе - это необычайно сложная деятельность, которой будет отдано много сил и времени - 9 или 12 лет жизни ребенка.

Первоначальный этап пребывания в школе как раз и есть период социально-психологической адаптации ребенка к новым условиям. Для того чтобы адаптироваться, необходимо приложить специальные усилия.

Дети далеко не одинаково легко “вживаются” в новые условия. 56% детей адаптируются к школе в течение первых двух месяцев. 30% имеют более длительный процесс адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается. Лишь к концу первого полугодия можно говорить об адаптированности этих детей. У 14% социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями.

## ЕСТЬ ТРИ УРОВНЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ:



### **Высокий уровень адаптации.**

**Первоклассник положительно относится к школе**, предъявляемые требования воспринимает адекватно, учебный материал усваивает легко, глубоко и полно овладевает программным материалом, решает усложненные задачи, прилежен, внимательно слушает указания, объяснения учителя, выполняет поручения без внешнего контроля, проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе (всегда готовится к урокам), общественные поручения выполняет добросовестно и охотно, занимает в классе благоприятное статусное положение.

### **Средний уровень адаптации.**

**Первоклассник положительно относится к школе**, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний, понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно, усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи. Сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле, бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным (готовится к урокам и выполняет домашнее задание почти всегда), общественные поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками.

### **Низкий уровень адаптации.**

**Первоклассник отрицательно или безразлично относится к школе**, нередко жалобы на нездоровье, преобладает подавленное настроение, наблюдаются нарушения дисциплины, объясняемый учителем материал усваивается фрагментарно, самостоятельная работа затруднена; при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса; к урокам готовится нерегулярно, необходимы постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей; сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха; для понимания нового и решения по образцу требуется значительная учебная помощь со стороны учителя и родителей; общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, пассивен; близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников. Если вы заметили, что с вашим ребенком что-то не так - ищите причину.

## КРИЗИС 7 ЛЕТ ПОЯВЛЯЕТСЯ НА ОСНОВЕ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ЛИЧНОГО СОЗНАНИЯ.

Основные признаки:

1) потеря непосредственности (между желанием и действием вклинивается переживание того, какое значение — это действие будет иметь для ребенка);

2) манерничанье (ребенок что-то из себя строит, скрывает что-то);

3) симптом "горькой конфеты" - ребенку плохо, но он старается этого не показать.

С поступления ребенка в школу устанавливается новая социальная ситуация развития. Центром социальной ситуации развития становится учитель.

**КАК БУДЕТ ПРОХОДИТЬ АДАПТАЦИЯ В ШКОЛЕ И К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ, ЗАВИСИТ ОТ ТОГО КАК РЕБЁНОК ПРОШЁЛ ЧЕРЕЗ КРИЗИС СЕМИ ЛЕТ.**



Источники: <http://www.psyportal.info> , <http://nsportal.ru>

Материал подготовила Маланина О.Н.





*Осень...на смену теплым летним дням пришли дождь, слякоть, холод. Но не все так грустно, как кажется, ведь осень еще и примечательна тем, что природа преобразается, деревья становятся настолько красочными, что ими непременно хочется любоваться, к тому же разноцветные листья — это хороший природный материал, из которого, применив фантазию, можно создать удивительные творческие поделки с детьми!*

На сегодняшний день существует множество идей по созданию творческих поделок из природных материалов, но в данном выпуске мы рассмотрим идеи по созданию оригинальных поделок к празднику, который в России празднуется относительно недавно, но уже успел полюбить современных подростками-«Хеллоуин»

**Хэллоу́ин** (англ. *Halloween, All Hallows' Eve* или *All Saints' Eve*) — современный праздник, восходящий к традициям древних кельтов Ирландии и Шотландии, история которого началась на территории современных Великобритании и Северной Ирландии. Отмечается **31 октября**, в канун Дня всех святых. Хеллоуин традиционно празднуется в англоязычных странах, хотя официальным выходным днём не является. (wikipedia.org)



***Тыква на Хэллоуин своими руками: светильники в виде черных кошек***  
**Вам понадобится:**

- тыквы подходящих форм (одну продолговатую для туловища и одну круглую маленькую для головы)
- нож, ложку и/или другие предметы, которые помогут очистить тыквы от внутреннего содержания
- свечки
- фетр или цветной картон
- ножницы

# Творчество

## Ход работы:

1. Отрежьте нижнюю часть продолговатой и круглой тыквы и очистите их содержимое.

2. С помощью ножа вырежьте в круглой тыкве глазки кошки.

3. Вырежьте из фетра или цветного картона ушки вашей кошки. Чтобы они держались на круглой тыкве, сделайте маленькие надрезы в тыкве, и вставьте в них ушки.

4. Раскрасьте тыквы в черный цвет. Если вы используете аэрозольную краску, то красить стоит на улице или в очень хорошо проветриваемом помещении и в маске.

5. Приготовьте свечку, ее можно поставить на блюдце или тарелочку, сделанную из глины.

6. Поставьте круглую тыкву на продолговатую и убедитесь, что она хорошо держится. При необходимости можете использовать шпажки, чтобы насадить на них тыквы.

При желании можно использовать маленькие тыквы для лап и хвоста кошки.



## Парящее в воздухе приведение



## Вам понадобится:

- пластиковая бутылка (в данном примере 1л)
- жидкий крахмал
- старое полотенце
- марля (ситовая ткань)
- кусок фетра
- шарик из пенопласта
- ножницы
- проволока

## Ход работы:

На пластиковую бутылку поставьте пенопластовый шар и немного вкрутите его в горлышко бутылки.

Используйте проволоку, чтобы сделать руки.

Наденьте марлю на полученную форму. Обрызгайте ваше приведение крахмалом - чем больше крахмала, тем крепче будет приведение можете использовать фен, чтобы жидкий крахмал быстрее высох.

Когда все высохло, уберите вашу форму из



бутылки, шара и проволоки и из фетра вырежьте и приклейте к привидению глаза.

## Творчество



### *Люстра из летучих мышей*

#### **Вам понадобится:**

- черная плотная бумага или фетр
- черная акриловая или аэрозольная краска
- белый карандаш (если используете фетр, то белый маркер для ткани)
- кисточка
- ножницы
- пальцы (3-х разных размеров)
- изолента
- толстая нить (желательно черная)

или леска.

#### **Ход работы:**

1. Разберите пальцы и покрасьте их в черный цвет.
2. Пока краска высыхает, сделайте несколько летающих мышей. Нарисуйте на бумаге и вырежьте силуэт летучей мыши - это будет ваш шаблон. Обведите шаблон на черной бумаге с помощью белого карандаша или маркера. Вырежьте все фигурки.
3. Привяжите 3 нитки к большим пальцам (см. изображение). Далее привяжите средние и маленькие пальцы на одинаковом расстоянии друг от друга - у вас получится люстра.
4. Используйте черную изоленту, чтобы прикрепить к люстре ваши бумажных летучих мышей.
5. Теперь можно привязать поделку в любом месте.

*Источник:* <http://www.infoniac.ru/news/Podelki-i-ukrasheniya-na-Hellouin-svoimi-rukami>

*Материал подготовила Килимаева Е.С.*



## ВНИМАНИЕ! «КОМЕНДАНТСКИЙ ЧАС»

С приходом осени, а именно с 1 октября в Удмуртии ужесточаются правила пребывания несовершеннолетних на улице ночью - «комендантский час» продлен на 60 минут.

(с 1 октября по 30 апреля ограничения действуют с 22:00 до 6:00 часов).

Закон о «комендантском часе» (№ 59 «О мерах по защите здоровья и развития детей в Удмуртской Республике») касается детей до 16 лет, которым после 22 часов запрещено появляться без сопровождения взрослых на улицах, площадях, набережных, вокзалах, аэропортах, стадионах, в парках, скверах, подъездах, подвалах и чердаках, в общественном транспорте.

Подростки старше 16 лет могут находиться в вышеуказанных местах, но до того, как им исполнится 18 лет, запрещено находиться в интернет-клубах, в местах, где свободно продают алкоголь, а также в саунах, банях, соляриях и пр.

Если сотрудники полиции обнаружат ребенка или подростка, гуляющего в одиночестве в ночное время, в первую очередь свяжутся с родителями, чтобы отвести несовершеннолетнего домой или туда, где они сейчас находятся. Если родители не могут приехать, или дозвониться до них не получилось, то отвезут в отдел полиции.



Если же и в течение 3 часов найти родителей не смогут, то подростка или ребенка отвезут в медучреждение.

Если патруль встречает подростка, в компании совершеннолетнего гражданина сотрудники полиции выясняют на месте, кем является сопровождающий.

Если становится известно, что это близкий родственник, их сразу отпускают, но, если человек является просто другом или знакомым несовершеннолетнего, у него в кармане должно быть заявление от его родителей, разрешающее находится своему чаду в сопровождении данного взрослого человека. (Разрешение от родителей оформляется в простой письменной форме, нотариального или другого удостоверения не требуется.)

**Права подростка** после задержания: подростка не имеют права держать в отделении больше 3-х часов; подросток имеет право позвонить, но сотрудники полиции сами в первую очередь, сообщают о задержании его родителям, потому что без них они не имеют права его отпустить. Подростка ни в коем случае не имеют права держать вместе со взрослыми задержанными. Его обязаны со всеми удобствами разместить в детской комнате милиции, а уж потом выяснять его личность и адрес.

**Ответственность** за несоблюдение требований Закона "о комендантском часе" наступает административная ответственность по статье 5.35 КоАП "Неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних" и предусматривает предупреждение, а также штраф от 100 до 500 рублей. Платить штраф, естественно, будут родители. Привлекают родителей, только в том случае, если их вина доказана: родители злоупотребляют алкоголем, или наркотиками, ребенок оставался безнадзорным неоднократно.

Если ребенок впервые попадает за нарушение комендантского часа, то родители могут вызвать на комиссию по делам несовершеннолетних. Там им придется объяснять, почему они не контролируют свое чадо и позволяют ему гулять в запрещенное время.

В завершении хочется сказать: цель этого закона не поймать и наказать, а предотвратить правонарушения в отношении несовершеннолетних и не допустить роста преступности с участием подростков в вечернее и ночное время.

*Источник <http://www.udm.aif.ru/society/people/1349671>*

*Материал подготовила Саркисян Е.А.*

### Дети имеют право на бесплатное образование



#### **Обучающиеся имеют право:**

- на получение бесплатного общего образования в соответствии с ФГОС;
- на обучение в пределах ФГОС по индивидуальным учебным планам, на ускоренный курс обучения;
- на бесплатное пользование библиотечно-информационными ресурсами библиотеки Школы;
- на получение дополнительных (в том числе платных) образовательных услуг;
- на участие в самоуправлении Школой;
- на уважение своего человеческого достоинства, на свободу совести, информации, на свободное выражение собственных мнений и убеждений;

#### **Обучающиеся обязаны:**

- уважать достоинство обучающихся, работников Школы;
- выполнять Устав Школы, Правила поведения для обучающихся, распоряжения администрации;
- добросовестно учиться, в установленные сроки выполнять все виды заданий, предусмотренные учебным планом и программами;
- бережно относиться к имуществу Школы.



# Правовая страница

## **Обучающимся запрещается:**

- пропуск обязательных занятий без уважительных причин;
- приносить, передавать или употреблять в Школе табачные изделия, спиртные напитки, токсические, наркотические вещества и оружие;
- использование любых средств, могущих привести к взрывам и возгораниям;
- применение физической силы для выяснения отношений, запугивание, вымогательство;
- любые действия, очевидно влекущее за собой опасные последствия для окружающих, такие как толкание, удары предметами, бросание чем-либо;
- использование непристойных выражений, жестов, сквернословие;
- использовать на уроках мобильные телефоны, электронные устройства для компьютерных игр.

## **Права и обязанности родителей (законных представителей)**

### **Родители (законные представители) имеют право:**

- выбирать формы получения образования, образовательные учреждения, защищать законные права и интересы ребёнка,
- участвовать в самоуправлении Школой (Общее собрание, Совет Школы, родительский комитет)
- на ознакомление с ходом и содержанием образовательного процесса, а также с оценками успеваемости ребёнка.

### **Родители (законные представители) обязаны:**

- обеспечить получение детьми основного общего образования и создать условия для получения ими среднего (полного) общего образования.
- выполнять требования Устава Школы, правил внутреннего распорядка, обеспечивать посещение ребёнком Школы.

Родители (законные представители) обучающихся, воспитанников несут ответственность за их воспитание, получение ими общего образования.

*Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"  
от 29.12.2012 N 273-ФЗ*

*Материал подготовила Ванюшева Е.М.*

## СПРАШИВАЛИ-ОТВЕЧАЕМ...



**- СОВСЕМ СКОРО МЫ ЗАБИРАЕМ РЕБЕНКА ИЗ ДЕТСКОГО ДОМА ДОМОЙ. КАК СЕБЯ ВЕСТИ?**

*(Ольга, 32 года)*



- Скорее всего вы очень волнуетесь и переживаете, вы полны радостных ожиданий и страхов. Первые дни дома как для родителей, так и для ребенка могут быть большим стрессом, и это вполне естественно и закономерно. Ребенок попадает в новую для себя обстановку, а взрослые принимают на себя новые роли родителей, «вписывают» ребенка в свою жизнь. Адаптация — естественный процесс, и самое главное временный. Сроки адаптации зависят от многих факторов и всегда индивидуальны, они зависят от возраста, опыта, темперамента как ребенка, так и родителей.

Первое время относитесь бережно и внимательно к друг другу, не спешите, дайте время привыкнуть к друг другу. У родителей возникает естественное желание развлечь ребенка, устроить праздник. Желательно первое время отложить шумные праздники и мероприятия на потом. Для ребенка уже большое событие оказаться дома с вами. Дома столько всего, что нужно изучить, рассмотреть, узнать правила и привычки семьи. Поэтому первое время желательно провести спокойно в семейной обстановке, это даст ребенку возможность «укорениться» в вашей семье, стать родным.

*Психолог Чигвинцева В.О.*



**- КАК НАЧАТЬ РАЗГОВОР С РЕБЁНКОМ ОБ ЕГО УСЫНОВЛЕНИИ?**

*(Анна, 35 лет)*



- Независимо от того, в каком возрасте родители начинают говорить с ребенком об усыновлении, существует несколько вопросов, которые нужно обязательно обсудить. Естественно, что чем меньше ребенок, тем проще и короче вы должны изложить суть дела. Подробности можно отложить на то время, когда он немного подрастет.

Конечно, гораздо легче, если ребенок задает вопросы, тем самым, давая взрослому понять, что именно его интересует. Но приемные дети иногда неохотно поднимают тему усыновления, возможно, потому что чувствуют себя преданными собственными родителями или потому что когда-то им сказали, что эта тема закрыта для обсуждения. Родители в таких случаях должны взять инициативу в свои руки и сами начать разговор или хвататься за малейшую возможность обсудить этот вопрос.

В то же время нужно быть очень осторожными, чтобы не зайти слишком далеко, говоря о прошлом ребенка. Чересчур частое, навязчивое упоминание темы усыновления, скорее всего, обозначает, что родители в этом вопросе еще чувствуют себя некомфортно. Ребенок может истолковать подобную навязчивость следующим образом: «Мы постоянно помним о том, что ты приемный». Ему все время напоминают, что он другой.

Так что существует огромная разница между такими разговорами об усыновлении, в результате которых ребенок понимает, что эту тему можно и нужно обсуждать со взрослыми, и такими, после которых он начинает думать, что в его усыновлении есть нечто плохое. Выход таков: затрагивать эту тему надо только в уместных ситуациях, когда тот факт, что ребенок приемный действительно имеет значение и упоминание о нем необходимо.

Разговор об усыновлении приемные родители должны начать с самого начала – с начала появления ребёнка в семье. Это значит, что нужно рассказать о его рождении, о тех местах, где он жил, прежде чем попал в эту семью. Ведь жизнь ребенка начинается не с того момента, когда его усыновили, хотя сам малыш может и не помнить своего прошлого, а родители не имеют о нем достаточных сведений. К биологическим родителям ребенок должен относиться как к реальным людям, у которых есть имя и фамилия (если они известны), которые существуют в действительности, хотя и не являются частью повседневной жизни ребенка.

Необходимо убедить ребенка в том, что биологические родители отдали его на усыновление, потому что они были не в состоянии заботиться о ребенке вообще, а не потому что именно с ним что-то было не в порядке. Когда ребенок достигнет подросткового возраста, взрослые могут рассказать ему о том, что такое воспитание детей, какие трудности возникают при этом и какие правила должны соблюдать родители.



Затем они могут обсудить возможные причины, по которым биологические родители не смогли справиться с воспитанием ребенка. Важно, чтобы ребенок знал, что есть тысячи детей, которые были усыновлены, или которые живут только с одним биологическим родителем. Он должен понимать, что приемный ребенок – это не экстраординарное явление, и четко представлять себе, что есть много детей, оказавшихся в подобных обстоятельствах. Ребенок должен уяснить себе: несмотря на то, что у него есть биологические родители, ответственность за него несут именно его усыновители, и так будет всегда. Родителям же не следует думать, что их ребенок и так знает, что он усыновлен на всю оставшуюся жизнь, ведь он один раз уже потерял своих родителей. Мы должны сказать своим детям прямо, что мы планируем быть их матерью или отцом всегда.

Приемным родителям нужно объяснить детям, что нет ничего ненормального в том, что у них возникают вопросы, касающиеся их прошлого, и самым естественным шагом будет прийти с этими вопросами к родителям. Когда родители в состоянии ответить на вопрос ребенка, они должны сделать это честно. Но если они чего-то не знают, то они могут поделиться с ребенком своими предположениями, например, так: «Мы не знаем, сколько лет было твоей маме, но большинству женщин, отдающих своих детей на усыновление, около двадцати. Наверное, и твоя мама была еще очень молода».

Далеко не каждое упоминание об усыновлении должно проходить в какой-то торжественной обстановке, когда родители сажают ребенка на колени и говорят с ним серьезным и тихим голосом. Иногда лучше коснуться этой темы как бы случайно, экспромтом.

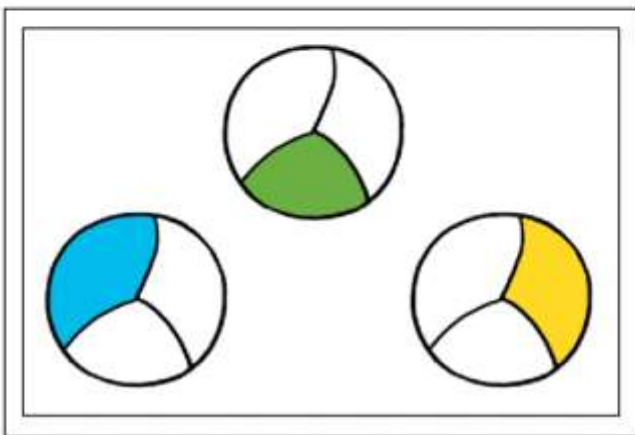
*Психолог Маланина О.Н.*

*(Источник: Глава из книги Лоис Рускаи Мелины "Воспитание приемных детей», перевод Натальи Ран. Talking with adopted children. Lois R. Melina – "Raising adopted children", Ch. 4, 1998, USA.)*

*Уважаемые читатели, интересующие Вас вопросы, можете оставлять на нашем сайте [sodeistvie18.ucoz.ru](http://sodeistvie18.ucoz.ru), на электронной почте [sodeistvie-2016@mail.ru](mailto:sodeistvie-2016@mail.ru), или позвонив по телефону 8(3412) 441-635*



Пятеро ребятшек вышли на улицу поиграть. Дружок, посмотри внимательно на то, с чем играют ребята. Четыре картинке чем-то похожи, а одна от них отличается. Как ты думаешь, какая картинка лишняя?



Элик, Люся и Авка раскрасили по одному кругу. Попробуй сделать все круги одинаковыми!

## Головоломки

Убери одинаковые буквы и прочитай зашифрованное слово



## КРОССВОРД "ОСЕННИЙ КАЛЕЙДОСКОП"



По горизонтали:

4. Когда наступит осень, на них вырастают грибы.
5. Когда на улице низкая температура.
7. Самая характерная черта осени – опадение листьев.
8. Время года, которое наступит после осени.
9. Из этого жёлто-оранжевого растения делают фонарики на Хеллоуин.
12. Из него вышет месяц и вынут попки.
17. Первый месяц осени.
18. Чёрная перелётная птица.
19. С помидора нею летала Мэри Поппинс.
20. Эту огромную полосатую ягоду начинают есть в сентябре.
21. Осенний месяц.



По вертикали:

1. Летом он бывает тёплым, грибным, а осенью холодным и морозным.
2. Их по осени считают.
3. Это явление начинается поздней осенью, когда реки и озера полностью замерзают.
6. Осенью слетает с дерева.
8. Первые морозы.
10. Листья этого дерева пятнивоочные и осенью становятся необыкновенного красивого красного цвета.
11. Похища на шней.
13. Последний месяц осени.
14. Перелетная птица, которой помогала Дюймовочка.
15. Время года.
16. Облако с дождём.
20. Королева среди цветов, которая радуется гли до самой поздней осени.

Материал подготовила Тронина О.А.