

*Спорт не воспитывает
характер, а выявляет его.
Хейвуд Браун*

ПЕРИОДИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ ИННОВАЦИОННОГО ЦЕНТРА

ВОДОЛЕЙ

№9

февраль
2018

ПОЛЬЗА СПОРТА
стр.2-3

ЙОГА
стр.4-5

**ДЕТСКАЯ
СТРАНИЧКА**
стр.10-11

**ТЕАТРАЛЬНАЯ
АФИША**
стр.13

МАСЛЕНИЦА
стр.6

**МОЛОДЕЖНЫЕ
ПРОЕКТЫ**
стр.8-9

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ
стр.12

*Спорт становится средством воспитания тогда,
когда он любимое занятие каждого.
Василий Александрович Сухомлинский*



23 февраля День защитника Отечества

Поздравляем сильную половину человечества с замечательным февральским праздником, призванным чувствовать настоящих мужчин! Желаем Вам быть надёжной поддержкой родным и близким, радоваться жизни во всех её проявлениях, демонстрировать в трудных ситуациях волю, выдержку и стремление к победе.

Будьте здоровы, любимы и успешны!

ОТЧЕТ ПО НОВОГОДНИМ МЕРОПРИЯТИЯМ

Под Новый год в нашем центре проходит множество праздничных мероприятий. Все наши творческие студии устраивают новогодние концерты, чтобы показать все то, чему успели научиться за первые месяцы занятий. На новогодних концертах и мероприятиях всегда царит необыкновенная атмосфера: зимние декорации, волшебные танцы, встреча Деда Мороза.



17 декабря прошел новогодний интерактивный праздник для самых маленьких «Новый год». Наши малыши погрузились в сказочную атмосферу зимнего леса, посмотрели новогодние сказки теневого театра, бумажное шоу, и, конечно же, получили подарки от Деда Мороза.



ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ ОБ АРМИЯХ МИРА



1. Зачем Пётр I приказал пришивать пуговицы на лицевую сторону рукава солдатского мундира?

Среди указов Петра I был такой, в котором повелевалось пришивать пуговицы на лицевую сторону рукава солдатского мундира. На первый взгляд, они там бесполезны, но в то время указ имел ясную цель: отучить солдат, большинство из которых набирались из крестьян, вытирать рукавом рот после еды. Это помогло дольше сохранить дорогое сукно, из которого шилась форма.

2. Собаки на страже мира.

В некоторых армиях мира собаки до сих пор играют решающую роль. Например, существует отдельный патруль, охраняющий побережье Гренландии. Собачья упряжка там является единственным способом передвижения и поэтому в отряд «Сириус» ежегодно призываются не только люди, но и собаки хаски.



3. Что кричат американские десантники при прыжке из самолёта?

Индеец по имени Джеронимо в течение второй половины 19 века с небольшим отрядом воинов был постоянной проблемой для американской и мексиканской армий и прославился своими отвагой и неуловимостью. В 1939 году на экраны вышел фильм, где главный герой, скрываясь от погони, прыгает с крутого обрыва в реку, крича имя «Джеронимо». После просмотра фильма американские десантники решили для удачи выкрикивать «Джеронимо!» в момент прыжка из самолёта, и эта традиция сохраняется до сих пор.

4. Кто такой снайпер?

Термин «снайпер» имеет британское происхождение. По-английски небольшая птица бекас называется snipe, камуфляжная окраска ее оперения, маленький размер и сложная траектория полета сделали бекаса крайне сложной добычей. Тех, кому удалось подстрелить эту птицу из обычного ружья, называли снайперами.

5. Крылатый полковник.

Известны случаи, когда животные награждались различными военными званиями. Например, почтовый голубь Англии №888 получил звание полковника за заслуги перед родиной и участие во множестве важных операций во время Первой мировой войны. Когда крылатый полковник умер, его похоронили со всеми почестями.



ФЕВРАЛЬ – месяц предчувствия весны. Цветы, сердечки и поцелуи на день Влюбленных наполняют нашу жизнь настоящим весенним солнышком!

Хотя в Москве только-только началась настоящая зима – выпал снег, приморозило, народ потянулся на катки и горки.

И еще не все новогодние праздники миновали – 16 февраля в 18 часов 13 минут в Москве наступит новый год по восточному календарю. Китайские астрологи уверены, что Желтая Земляная Собака принесет в нашу жизнь радость, стабильность и умиротворенность. Давайте им поверим! И пусть никогда нашим Защитникам не придется рисковать своей жизнью ради своего Отечества.

С Праздником вас, наши дорогие мужчины!

Генеральный директор детского центра «Водолей» Градова Елена Александровна



Для ребенка спорт и здоровье – это слова-синонимы. Чем полезны регулярные тренировки? В первую очередь, это гармоничное физическое развитие и контроль за лишним весом. Так же, одним из самых заметных плюсов можно назвать укрепление осанки, профилактику сколиоза и плоскостопия. Дети становятся более сильными и выносливыми, повышается их эмоциональная устойчивость.

Любой вид спорта поможет ребенку стать внимательнее и улучшить быстроту реакции, а эти качества очень пригодятся в школе. Если это групповые занятия, например, футбол, хоккей, парные танцы, то это отличное место, чтобы завести много новых друзей и побороть свое стеснение.

Главное, чтобы занятия спортом были в радость. Дайте ребенку выбор – кому-то больше нравится плавание, кому-то шахматы, а кто-то проявит свой талант в гимнастике или теннисе.

Спорт помогает обрести уверенность в себе. Участие и победы в соревнованиях, поддержка тренера и самых главных болельщиков – мамы и папы, все это очень важно для детей! Обязательно замечайте спортивные успехи ребенка и хвалите его.

И не забывайте о том, что для лучшей мотивация для ребенка заниматься спортом – это ваш личный пример.

А У НАС НОВАЯ ПРОГРАММА!!!

С февраля набор детей и взрослых в оздоровительные группы
ГИМНАСТИКА СТРЕЛЬНИКОВОЙ
Подробности по тел. **8(499)-200-99-00**

- Профилактика респираторных заболеваний!!
- Помощь при заболеваниях дыхательных путей
- Полезна при похудении.
- Благотворно влияет на сердечно-сосудистую, нервную и мочеполовую систему.

НАШИ СПОРТИВНЫЕ СТУДИИ

Карате

Мы приглашаем детей от 5ти лет на занятия карате. Это всем известный смешанный стиль восточных единоборств. Он отлично подходит для поддержания физической формы и развития у детей самодисциплины. Карате помогает держать осанку и способствует развитию гибкости суставов. А регулярные тренировки дадут ребенку возможность выплеснуть лишнюю энергию.

Адрес: Проспект Мира 180



Йога – здоровая спина

(для взрослых)

У нас работает класс йоги для укрепления мышц спины и позвоночника. Регулярные тренировки помогут облегчить состояние при грыжах, артрозах и остеохондрозах. Занятие состоит из разминки всего тела и набора динамических и статических упражнений, которые можно выполнять дома.

Адрес: Проспект Мира д.180
Абрамцевская 9 к.1



Джиу-джитсу

Занятия одинаково полезны и для девочек, и для мальчиков. Мы приглашаем участников от 4х лет, а в этом возрасте очень важно давать ребенку подходящую физическую нагрузку. Занятия проходят в здоровой соревновательной атмосфере, которая нравится активным детям. В программе студии упражнения на развитие ловкости, координации и физических качеств.

Адрес: Челобитьевское шоссе 10 корп.2



Рок-н-ролл

Это уникальный танец, сочетающий в себе спорт, танцевальные элементы и гимнастику. Участники студии регулярно принимают участие в соревнованиях. Все начинается с простых упражнений на укрепление мышц и растяжку, а также несложных танцевальных связок. На втором этапе дети начинают осваивать более сложные движения и акробатические элементы.

Адрес: Абрамцевская 9 к.1



Шахматы

Мы приглашаем детей, уже знающих азы шахмат и совсем новичков, наши тренеры начинают обучение с любого уровня подготовки. Эта игра развивает математические и аналитические способности, а также память и мышление. Среди участников студии и приглашенных игроков регулярно проходят шахматные турниры.

Адреса: Пр-т Мира д.180
ул.Бориса Галушкина д.25

ул.Абрамцевская д.8а
Челобитьевское ш. д.10 к.2

НЕЙРОЙОГА ДЛЯ ДЕТЕЙ

Чрезмерные интеллектуальные нагрузки при дефиците движения неблагоприятно влияют на здоровье детей. Важна не просто двигательная активность, а движения, которые способствуют повышению уровня нейродинамики (тонуса) и активизации работы мозга.

Комплексы Нейройоги включают в себя нейропсихокоррекционные методики и упражнения йоги, которые, способны оказать большое влияние на улучшение работы мозга вашего ребенка, и будут полезны любым детям, в том числе и детям с серьезными трудностями в развитии.

Глазодвигательные упражнения

позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, развивают межполушарное взаимодействие, активизируют процесс обучения, повышают энергетизацию организма.



Эффект растяжек-разминок:

большинство упражнений этого блока заимствованы из йоги и представляют собой гимнастику с акцентом на расслабление и напряжение различных групп мышц. Нормализуют гипертонус и гипотонус мышц, тренируют вестибулярный аппарат, улучшают синхронность движения, повышают активность, дают прилив бодрости, укрепляют мышцы тела. Растяжки-разминки дают и психологический эффект: повышают активность ребенка, дают прилив бодрости, улучшают настроение, учат ребенка открыто выражать свои чувства.

Рисование двумя руками

- одно из самых эффективных упражнений на развитие межполушарного взаимодействия, которое необходимо для обеспечения любого сложного действия (например, известно, что за грамотность письма отвечает одно полушарие, а за красоту почерка - другое, следовательно, при развитом межполушарном взаимодействии письмо будет и грамотным, и красивым).

Массажи

помогают активизировать работу мозга, улучшают работоспособность, повышают иммунитет ребёнка, помогают узнать и почувствовать своё тело.

Упражнения на балансировочной доске

- упражнения напоминают лечебную физкультуру: стоя на балансировочной доске, ребенок выполняет задания специалиста. В результате тренировок развивается навык балансирования, приходит осознание схемы собственного тела, повышается концентрация внимания, развивается общая моторика. Занятия помогают развитию речевых навыков и математических способностей, как следствие у детей улучшается успеваемость, память, навыки социальной адаптации, взаимоотношения в семье. Стабилизируется психоэмоциональное состояние, заметно улучшается координация движений.



Дыхательные упражнения

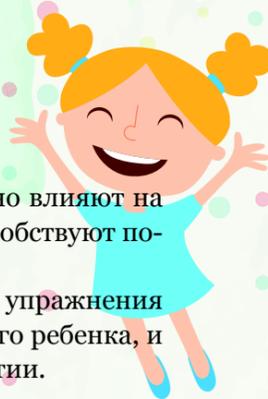
- улучшают ритмирование организма, развивают самоконтроль над поведением и произвольность, снижают гиперактивность и импульсивность. Также упражнения успокаивают и способствуют концентрации внимания. Увеличивается объем легких, усиливается газообмен и улучшается кровообращение; под воздействием диафрагмы происходит интенсивный массаж внутренних органов, что, естественно, способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия.

Нейропсихологическая коррекция способствует повышению работоспособности мозга и, соответственно, улучшению памяти, концентрации внимания, развитию моторики, повышению коэффициента интеллекта. В результате занятий задействуются дополнительные резервы мозга, что способствует повышению качества усвоения знаний и расширяет возможности ребенка во всех областях: от обучения до общения.

Занятия проходят по адресу: Челобитьевское шоссе, д.10 ,к.2



Машкович Наталия Владимировна – нейропсихолог, специальный психолог, магистр психолого-педагогических наук



ЙОГА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ



Можно, несомненно, скачать много красивых слов и картинок из Интернета на тему пользы занятий йогой.

А можно на моем примере найти конкретные плюсы занятий.

Внимательно посмотрите на эти 2 фотографии. Да, на них изображена одна и та же женщина. Это я. На 1-й фотографии мне 38 лет. На 2-й...50 !



1.Йога нормализует вес и гармонизирует фигуру.

В 38 лет я весила 96 кг, сейчас – 65. На это мне потребовалось 3 года, вес с тех пор практически стабилен.

Похудение при занятиях йогой происходит постепенно и является результатом оздоровления всего организма. Йога (в сочетании с правильным питанием) помогут вам похудеть и держать свой вес в норме.

2. Йога успокаивает и уравнивает нервную систему:

Сейчас я могу честно признаться – мне стыдно перед моими близкими за ту раздражительную, подозрительную, иногда даже агрессивную женщину, которой я была 12 лет тому назад

Йога научит вас расслабляться, концентрироваться на собственном дыхании, сердцебиении, ритмах и импульсах тела. Практикуя асаны и дыхательные техники йоги, вы сможете контролировать свои эмоции, усвоите навыки защиты от стрессовых ситуаций.

3. Йога укрепляет позвоночник и мышечный корсет

Когда-то у меня болела поясница....а ведь больше не болит!

Большинство медиков утверждают (и я с ними полностью согласна), что регулярные занятия йогой избавляют человека от болей в спине и суставах не хуже лекарств. При этом не возникает лекарственной зависимости. Телу современного

человека просто необходима полноценная и правильная нагрузка, чтобы держать мышцы



4. Йога на перспективу здоровая старость.

Регулярные занятия йогой – отличный способ профилактики болезни Альцгеймера, стимулирования и восстановления памяти, формирования усидчивости и концентрации.

5. Йогой можно заниматься всем!

Заниматься йогой могут дети, взрослые и пожилые люди. Упражнения и нагрузки построены таким образом, что человек может самостоятельно контролировать и оценивать свои возможности. При адекватном и разумном подходе, йога никогда не навредит вашему здоровью.



автор статьи:
Инструктор по йоге
Лазарева Лада Михайловна

Занятия проходят по адресам: Проспект Мира д.180 и Абрамцевская 9 к.1



Праздник Масленицы в жизни семьи и ребенка

Историю Масленицы для детей лучше начать рассказывать с истоков древних традиций. Раньше праздник отмечался именно в день весеннего равноденствия. Праздник ознаменовывался проводами зимы, прославлением солнца, атрибутом которого стал считаться круглый блин. Вообще все атрибуты праздника имели свое конкретное значение. Блины едят всю неделю, а потом начинается Великий пост, ведь именно ему предшествует Масленица.

Но для детского восприятия такое объяснение праздника будет сложным, хотя, это вовсе не означает, что донести малышу все тонкости традиций будет невозможно. Для детей тоже существуют доступные объяснения истории праздника. По одной из древних легенд, Масленица – это имя маленькой девочки, отцом которой был сам Мороз. Девочка жила на дальнем Севере. Однажды группа туристов забрела в снега и попала в снежную бурю. Они бы наверняка погибли, если бы не встретили маленькую Масленицу, которая помогла им выбраться из бури

и дала возможность согреться. Но какого же было удивление спасенных, когда вместо девочки они увидели здоровенную румяную бабу, которая и согрела, и развеселила заблудших. Они веселились всю неделю, плясали, пели песни, радуясь наступившему теплу. С тех пор неделю перед Великим постом считают масленичной.

Согласно другой легенды лежит традиция печь блины на Масленицу. Люди, уставшие от морозов и холодов, выпекали круглые блины и зазывали солнышко, чтобы оно пришло, обогрело, растопило снега и привело на землю весну.

Масленичные традиции

В начале масленичной недели все готовились к празднику. Пекли блины, пироги, готовили и прочее угощение, ведь после праздников начинался Великий пост. Основные гуляния начинались с четверга и длились до конца недели. Молодежь каталась на санках с горки, парни участвовали в уличных состязаниях и даже в кулачных боях. Дети строили снежные крепости, взрослые

тоже готовили ледяные крепости и делились на команды разгрызали целые представления: одни обороняли свои строения, другие нападали и захватывали их.

В конце праздника обязательным атрибутом всего действия было сжигание чучела Масленицы в знак того, что зима уходит и наступает весна, тепло, пробуждается природа. Сжигание чучела являлось и продолжает быть кульминацией праздника. Чучело делали из соломы, наряжали его в тряпье и в конце праздника сжигали. Согласно традициям, каждый из семи праздничных дней недели имел свое название и в этот день необходимо было проводить определенные мероприятия.

Рассказывая ребенку о Масленице, постарайтесь быть активным участником зимних гуляний, сходите вместе в парк, на горку, примите участие в народных состязаниях, а вечером обязательно пригласите гостей и напеките блинов. Традиции нужно уметь поддерживать и приумножать, тогда и ребенок лучше запомнит праздник, его обычаи и быт.

СТУДИЯ ПРАЗДНИКА – РАДОСТЬ В ДОМ! FUN IN HOUSE приглашает на провода Зимы



ЗДРАВСТВУЙ, МАСЛЕНИЦА!

Приглашаем детей и взрослых на веселый праздник двора!

Давайте дружно проводим ЗИМУ и встретим ВЕСНУ!
Вас ждет театрализованное представление, игры, конкурсы, подарки всем участникам!!!

Гуляния будут проходить:

Суббота 17 февраля
11.00 - 12.00 - Алексеевский район
(ул. Б.Галупкина, д.25)
15.00 - 16.00 - район Северный
(Челобитьевское шоссе, д.10, к.2)

Воскресенье 18 февраля
12.00 - 13.00 - район Лианозово
(ул. Абрамцевская, д.12)

Ждем всех!

Анимационные программы месяца:

Русский богатырь



Анимационные программы дома, в детском саду, школе и офисе.

Яркий реквизит.
Креативные игры.
Более 60 персонажей!

Стоимость - от 2 500 руб.

Подробности:
8(916)-909-20-44
8(985)-147-21-26
8(495)-683-40-10
funinhouse.ru

Русское шоу



А также Вы можете заказать аниматоров на детский День рождения!

Хотите получить скидку? Ищите купон в этом журнале!

ИГРА МАФИЯ

10 февраля в 15.00
Проспект Мира, 180

МАФИЯ – Это командная игра, которая имеет психологическую основу. Появившись в студенческой среде МГУ еще в прошлом веке, она давно вышла за пределы студенческих общежитий. Эта игра увлекает, развивает и учит строить эффективные отношения с окружающими.

ПОПРОБУЙ И ТЫ!

Приглашаем всех желающих присоединиться к нам!
8-495-683-40-10
Стоимость участия:
250 рублей.



The Godfather

ДЕТСКИЙ ЛАГЕРЬ VODOLEYCAMP - САМЫЕ ЯРКИЕ ВОСПОМИНАНИЯ ДЕТСТВА!



чтобы привлечь Духов. Ещё пройти целый ряд тренингов, таких, как искусство боя на Волшебных Мечах, театральные тренинги и настоящий урок бальных танцев, где ребята разучили основы Полонеза и Вальса!

И даже блеснуть своими способностями на Шоу талантов и создать, оформить и сыграть в настоящих театральных постановках.

И в завершении побывать на настоящем Балу, устроить салют из серпантина и конфетти, а также настоящий фейерверк!!



Вот и пролетели зимние каникулы, а вместе с ними и наша сказочная смена «Волшебное Рождество», которая оказалась на самом деле волшебной!

Чего же удалось достичь ребятам на зимней смене?

Ну, во-первых, сделать мно-

жество необычных поделок своими руками, в том числе звездочки и лягушки оригами, рождественский венок, шарики, маски для бала.

Во-вторых, пройти сложный квест, раздобыть Сундук, в котором должны были появляться магические предметы и части секретной Карты, которую потом надо было сложить в единое целое.

В-третьих, поиграть с Духами в очень интересную, но безумно страшную игру в полной темноте.

В-четвёртых, создать настоящий Тотем на берегу Волги,



ВЕСЕННЯЯ СМЕНА «НАЗАД В БУДУЩЕ»

Друзья! Следующая смена уже совсем скоро! Яркая, зажигательная, полная сюрпризов, тайн и открытий!



В программе:
• Театр и танцы,
• Психологические тренинги и тренинги личностного роста,
• Квесты и ролевые игры,
• Творческие мастер-классы,
• И полное погружение в фантастический мир будущего.

Почему «Назад в будущее»?

Вы когда-нибудь задумывались, что нас ждет лет так через 10, 20, 30....

А позволяли себе пофантазировать на эту тему....

А вместе с нами на этой смене мы окунемся в мир необычайных легенд и свершений, новшеств и искусственного разума, робото-техники и твердой научной фантастики... Позволим себе заглянуть за не столь удаленные горизонты, помечтаем, пофантазируем вместе..... глядишь наши потомки вспомнят еще январь 2018 года... оглядываясь в прошлое...

Заезд:

с 08 – по 14 апреля

от 8 до 16 лет

Стоимость 19500 руб.

до 08.02.18

стоимость путевки
всего 17 550 руб!!!

Гибкая программа лояльности:
- 5% Не первый раз с нами
- 5% Семейная путевка
- 5% Приведи друга

АНОНСЫ НА ЛЕТО 2018 В VODOLEYCAMP!

«ЯРКИЕ ЛЮДИ»

от 6 до 16 лет
с 10 по 23 июня

Цель этой смены – раскрыть таланты и раскрасить новыми яркими красками личность каждого участника нашего проекта! В программе – актерское мастерство, вокальное искусство и различные музыкальные жанры, танец, изо и прикладное творчество

«ПУТЕШЕСТВИЕ К МОРЮ»

для ребят от 8 до 16 лет
семейный отряд
30 – 13 июля

В этом году мы приглашаем всех желающих провести незабываемый отпуск в солнечной Болгарии на берегу Черного моря. Веселое времяпровождение, незабываемые праздники, мастер-классы и многое другое

«ТЕРРИТОРИЯ УСПЕХА»

для ребят от 12 до 17 лет
10 – 23 августа

Задачи смены:
• Научить быть активными и предприимчивыми
• Научить позиционировать себя и помочь быть признанными другими
• Договариваться и взаимодействовать
• Расставлять правильные приоритеты

Подробности – WWW.VODOLEYCAMP.RU
8 (926) 213-80-47 Екатерина

СКАЗКА О КРУПНОМ КРАСНОМ ЦВЕТКЕ

Этот цветок был слишком крупным. Цветочным обществом он признан не был. Скорее наоборот.

– Дурён, огромен и спесив! – говорили цветы.

А цветок цвёл. Всё выше и шире раздавались его красные лепестки.

Жучки да паучки любили ползать по цветку. Редко прилетали к нему красавицы бабочки. И всего один раз дотронулась до него рука милой женщины.

– Красивый какой!

– Красивый какой? – услышал цветок и удивился. – Это вы обо мне?

Но женщина не слышала, она не понимала языка цветов.

И цветок стал молиться, чтобы женщина, что проходила мимо, вернулась и ещё раз повторила свои слова. Чтобы все, кто смеялся над ним, услышали эту музыку... Красивый!

А женщине приснился сон. Одиноким цветок у леса, над которым гроыхает гром, летают молнии, льют ледяные дожди... А он дрожит от холода и ему страшно.

Женщина проснулась. И лишь рассвело, вспомнив, где она видела это чудо, побежала к лесу и стала говорить с цветком.

– Здравствуй, самый красивый в мире цветок!

– Красивый? – задохнулись от зависти цветы-соседи.

– Да, красивый... – повторила женщина, и для себя поняла вдруг, что она может различать язык цветов.

– А хочешь, – сказала добрая женщина, обращаясь к едва дышащему от счастья цветку, – Я заберею тебя в свой сад? Мне

приснился о тебе сон.

Цветок ничего не мог промолвить. Он только крепко сжал свои лепестки, почти свернул.

С собой... Может ли это быть?

И, волнуясь от того, что женщина может передумать, потянулся что было сил к небу, как бы стараясь сам выпрыгнуть из земли.

– Дай я тебе помогу.

И Фея – так он теперь называл свою спасительницу – чуть подкопнула землю, так, чтобы не повредить корни, уложила в своих ладонях комочек земли, из которого рос красавец.

Цветы-соседи ахнули! «Туда ему и дорога, выбросят как сорняк, да и только!»

Женщина ничего не ответила, лишь пожелала всем любви и добра. А своего друга понесла домой. Наш цветок ехал в ладонях гордый, всеми силами старался не сломаться. И тут... Что он увидел!

Его высаживают в дивный сад, среди фонтанов и берёз, о которых он слышал когда-то от мамы, среди невиданных цветов и трав. Только здесь, не смотря на то, что все цветы были очень непохожи друг на друга, никто над ним не смеялся.

Ветер, тёплый ветер ласкал каждый лепесток цветка.

Сказка неожиданно ворвалась в его жизнь...

И это только начало!

Красный крупный цветок встретил в саду свою цветочную любовь!.. Потом у них родились дети, такие же красивые крупные красные цветы. И любили их все в саду, и любят до сих пор!!!



ПОИГРАЕМ?

Помоги Ёжику
попасть домой



Помоги Межвежонку
добраться до финиша



Краснова Светлана Николаевна
– автор-сказочница, руководитель мастерской эстрадного вокала «Любимые мелодии»

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ

Многие родители слышали о песочной терапии, а кто-то даже задумывался о том, чтобы посетить подобное занятие со своим ребенком. Тема чудодейственных свойств песка для развития ребенка с каждым днем становится все более популярной. Что же это за вид терапии, и почему она может пригодиться малышу?



Для того чтобы ребенок смог эффективно выразить свое эмоциональное состояние, «перенести» его изнутри во вне, нужны некие образы и символы. Сюжеты, выстраиваемые малышом в песочнице, как раз ими и являются. Играя с песком, ребенок приобретает опыт – пусть даже символический – разрешения множества затруднительных ситуаций. Спустя какое-то время, он будет готов применять его в повседневной жизни.

Иногда ребенок бывает слишком «переполнен» своими переживаниями или, наоборот, так опустошен, что это мешает его развитию. Выражая себя на бессознательно-символическом уровне при

помощи игры в песочнице, малыш освобождает свое внутреннее пространство для себя самого, соприкасается с тем, к чему трудно подобрать слова и становится «здоровее» психологически.

Но в «песочный мир» переносятся не только негативные переживания! Таким же способом может быть дан выход позитивным чувствам и эмоциям, выражение которых по каким-то причинам затруднено в семье (например, нежность или привязанность).

Одной из главных особенностей песочной терапии является то, что она не подразумевает прямого воздействия на проблему. Это скорее гармонизация эмоционального состояния ребенка в целом. Причем процесс может быть длительным, трудным и неравномерным. Родителям нужно быть готовы-

ми к этим изменениям и стараться поддерживать малыша. От того, насколько родитель готов поддержать и принять, изменяться сам и выстраивать новые взаимоотношения с ребенком, тоже зависит успех психотерапии.



Занятия проходят по адресам:

ул. Абрамцевская 8а,
проспект Мира, 180,
Челобитьевское шоссе д.10 к.2.

Предварительная запись обязательна!

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕНИНГИ

РАСПИСАНИЕ ТРЕНИНГОВ НА ФЕВРАЛЬ

04 ФЕВ	«Путешествие в волшебную страну»	11.15-13.15	5-6 лет
	«Я школьник»	14.15-16.15	1-2 класс
18 ФЕВ	«Путешествие в волшебную страну»	11.15-13.15	5-6 лет
	«Я школьник»	14.15-16.15	1-2 класс



Предварительная запись на все тренинги обязательна!
Запись по телефону: 8-499-908-01-13
Стоимость тренинга – 1500 рублей.
ул. Абрамцевская д.9, к.1.

АФИША МОСКОВСКОГО ЛИАНОЗОВСКОГО ТЕАТРА НА ФЕВРАЛЬ КОМЕДИЙНЫЙ ТЕАТРАЛЬНЫЙ СЕРИАЛ ПРО КОЩЕЯ И БАБУ ЯГУ

для детей от 5 лет и их родителей
4 февраля, воскресенье, в 12.00
«Как баба Яга Кощею женила» (5+)
По пьесе Ю.Боганова
«Как Кощей жениться хотел».
Для семейного просмотра

Продолжительность спектакля: 1 час 10 мин.

Веселый спектакль по мотивам русских народных сказок. Традиционно героев русских сказок принято делить на героев и нечистую силу. К первым относятся Иванушки-дурачки, которые, к слову сказать, в сказке-то оказываются, куда как поумней многих, и Иваны-царевичи, они тоже не всегда избалованные маменькины сынки. Ко вторым – Баба-Яга, Кощей Бессмертный и Змей Горыныч трёхголовый и другие. И в этой сказке все они есть, Горыныч правда в виде фотографии, но уж остальные-то – во всей красе, только – новые, современные. У Бабы Яги например, хотя, какая она баба, – 318 годков всего, практически Девица-Яга, даже диплом магистра имеется в области самой органической, невероятно прикладной и очень естественной химии. А Кощей – красавец-мужчина, чистый денди, на вид и не скажешь, что Бессмертный, не иначе – рецептом вечной молодости завладел.

По сказочному закону как полагается – добро всегда побеждает зло. В этом спектакле это непременно произойдет, и закончится всё не просто хорошо, а прямо таки замечательно, но... очень и очень неожиданно. Ни в одной сказке и ни в одной истории такого не было. Как говорится ни в сказке сказать, ни пером описать...

**Вторая часть театрального сериала:
«Кощей Бессмертный и баба Яга 300 лет спустя» (5+)**



11 февраля, воскресенье, в 12.00
По одноименной пьесе Н. Егоровой
Для семейного просмотра
Продолжительность спектакля: 1 час.

Как сложилась семейная жизнь Кощея и бабы Яги, смогли ли они освоиться в нашем 21 веке, кто еще забрел к ним в лесную чащу и что из этого вышло- все это в новом спектакле про Кощея и бабу Ягу.

«СЕВЕРНАЯ СКАЗКА»

Спектакль для самых маленьких зрителей, от 2 лет!
18 февраля, воскресенье, в 12.00 «Северная сказка»
Кукольный спектакль для самых маленьких
Продолжительность спектакля: 40 минут

Эта яркая, красочная и сказочная история, с элементами теневого театра. На далеком севере живут брат и сестра. Однажды налетела злая вьюга и украли огонь у ребятшек, а ведь на севере без теплоты огня никак нельзя. Героям сказки вместе с маленькими зрителями предстоит пройти много препятствий и выполнить не одно задание, чтобы добраться до вьюги и вернуть огонь.

«Северная сказка» – это поучительная история о том, как крепкая дружба помогает преодолеть любые преграды и тяжелейшие препятствия.



Поздравляем с днем рождения наших сотрудников!

В этот добрый и чудесный день февраля мы поздравляем наших коллег с Днём рождения.

Желаем, чтобы вьюги и метели были только за окном, чтобы в душе всегда было светло и радостно, чтобы ваши сердца всегда были согреты теплом любимых людей.

Наши именинники:

04.02 Грачева О. А. – руководитель по подготовке к ОГЭ, ЕГЭ по русскому языку

09.02 Костерова Л.А.- администратор детского центра «Водолей» филиал Северный

10.02 Мокринская Т. В.– администратор детского центра «Водолей», филиал Проспект Мира

21.02 Машкович Н. В. – психолог, нейропсихолог.

22.02 Кувватова М. А. –заместитель генерального директора

26.02 Лазарева Л. М.– инструктор по йоге



ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ!

ПОДАРКИ

ФОТООТЧЕТЫ



СОВЕТЫ ОТ НАШИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

КОНКУРСЫ

Поздравляем наших очередных победителей

#14_ розыгрыш_ клуб Водолей !!!!

Призы:

1 место - Катюшка Никульникова, номер 734 - скидка 50% на месяц в любой новой студии.

2 место - Светлана Шамирова, номер 1450 - скидка 20% на любую анимационную программу в течении 3 месяцев.

3 место – Марина Александрова, номер 1206 - фирменная кружка Водолей

И снова подарки!!!

НОВЫЙ РОЗЫГРЫШ

#15_ розыгрыш_ клуб Водолей !!!!

Призы:

1 место - Романтический сюрприз от художника

2 место - 2 билета в Театр

3 место - 1 бесплатное занятие на выбор

Розыгрыш состоится в нашей группе VK!

НАШ САЙТ – WWW.CLUBVODOLEY.RU

ВЫЕЗДНЫЕ ПРОЕКТЫ - WWW.VODOLEYCAMP.RU

АНИМАЦИОННЫЕ ПРОГРАММЫ – WWW.FUNINHOUSE.RU

Адреса и телефоны центров детского и юношеского творчества «Водолей»

Ул. Абрамцевская, д.8а 8(499) 200- 99 -00 (метро Алтуфьево)

Ул. Абрамцевская, д.9 к.1 8(499) 908 – 01 -13 (метро Алтуфьево)

Ул. Абрамцевская д.16 б (Молодежный клуб) 8(499) 200- 99 -00 (метро Алтуфьево)

Челобитьевское шоссе, д.10 к.2 – 8 (916) 960-53-31 (метро Алтуфьево)

Проспект Мира, 180 8 (495) 683-4010; (985) 147-2126 (метро ВДНХ)

Ул. Галушкина, д.25 8(495) 682-6938, 8(910)477-2733 (метро ВДНХ)