И.П.САЮК

ОТ ДРЕВНИХ ШКУР ДО СОВРЕМЕННЫХ ШУБ

МАДОУ «Детский сад №7»
683035, г. Петропавловск – Камчатский, ул. Карбышева, 2/1
Формат А5. Тираж____экз.

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад №7 комбинированного вида»

ОТ ДРЕВНИХ ШКУР
ДО СОВРЕМЕННЫХ ШУБ

Пособие для детей, родителей и педагогов
для чтения взрослыми детям

МАДОУ «Детский сад №7»
г. Петропавловск - Камчатский
2020год

Автор-составитель: И.П. САЮК, учитель-дефектолог МАДОУ «Детский сад №7»

Рецензент: Е.С. Шипунова, заместитель заведующей по воспитательно - методической работе МАДОУ «Детский сад №7»

«От древних шкур до современных шуб» Пособие для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов / Для чтения взрослыми детям / И. П. Саюк, - г. Петропавловск – Камчатский 2020 год, –34с.

Данное пособие – брошюра предназначено для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов, работающих в дошкольных образовательных организациях. Брошюра поможет педагогам и родителям наглядно продемонстрировать ребёнку историю возникновения одежды.

В брошюре собран необходимый дидактический материал, который способствует формированию у подрастающего поколения интереса к процессу изменения и преобразованию одежды, развитию памяти и мышления, обогащению речи и лучшему усвоению новых знаний, а также служит проявлению фантазии детей, родителей и педагогов.

Брошюра сопровождается картинками, стихотворениями, речевыми играми.

МАДОУ «Детский сад №7»
г. Петропавловск – Камчатский
2020год

От древних шкур
до современных шуб

Пособие для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов.
для чтения взрослыми детям

Автор-составитель:
И.П. Саюк, учитель-дефектолог 1 категории
МАДОУ «Детский сад №7»

Рецензент: Е.С. Шипунова, заместитель заведующей по
воспитательно – методической работе,
МАДОУ «Детский сад №7»

МАДОУ «Детский сад №7»
683035, г. Петропавловск – Камчатский, ул. Карбышева, 2/1

Формат А5. С. 34 Тираж экз.
Отпечатано на оборудовании
МАУ «Информационно – методический центр
Петропавловск – Камчатского городского округа»

Дорогие ребята!

Приглашаю вас совершить экскурсию в мир одежды. Сейчас невозможно себе представить, как бы жили люди, если бы не изобрели одежду. Ведь сначала одежда выполняла только практическую функцию – она защищала тело человека от холода или жары, снега, дождя и ветра, а намного позже одежда стала ещё и украшать людей.

На страницах этой брошюры Вы узнаете о том времени, когда и как появилась первая одежда. А также найдёте ответы на вопросы:

- всегда ли люди носили такую одежду, как сейчас?
- как люди одевались раньше, и как со временем менялась одежда?

Итак, наша экскурсия началась, заглянем в прошлое и узнаем историю одежды.

Ребята, перед вами волшебный сундучок, прочитайте стихотворение и догадайтесь, что в нём.

Везде ты видишь вещи эти,
Ведь в них удобно и тепло,
И много их на белом свете,
Но их запомнить – мудрено.
Эти вещи надо знать.
В них хорошо играть и спать,
Гулять и летом и в мороз,
И даже в холод прятать нос.
Они о многом могут рассказать:
Кто их надел, куда пошел.
Для ног, для рук, для головы,
Они важны и хороши.
Красивы - просто загляденье.

Это стихотворение о самых разных вещах, которые можно назвать одним словом - ***одежда.***

Подумайте и скажите, всегда ли люди носили такую одежду, как сейчас?

Правильно, ребята, в разные времена люди носили разную одежду.

Одежда - одно из древнейших изобретений человека, которое возникло в глубокой древности.

Одежда всегда имела большое значение для людей на протяжении всей истории человечества. В жизни современного человека важен каждый элемент одежды, который может многое рассказать о своем хозяине. Менялись эпохи, вместе с ними менялась и одежда. Примитивный крой уступил место изысканным нарядам, которые отличались большой выдумкой и изобретательностью.

А знаете ли вы, как появилась одежда?

Когда-то давным-давно на нашей планете всегда было тепло, и люди ходили без одежды.

Нечем было прикрыться от дождя и ветра, а вокруг росли деревья с большими и маленькими листьями, высокая трава, цветы. Вот и начали люди прикрываться повязками из листьев растений. Но одежду из листьев нельзя было долго носить.

Как вы думаете почему?

Правильно, ребята, такую одежду носить нельзя было долго. Листья быстро засыхали и рвались.

Но постепенно на Земле стало холодать. Не согревал даже костёр в пещере.

В лесу рядом с людьми жили разные животные. Животные не боятся ни холода, ни дождя, ни даже ветра.

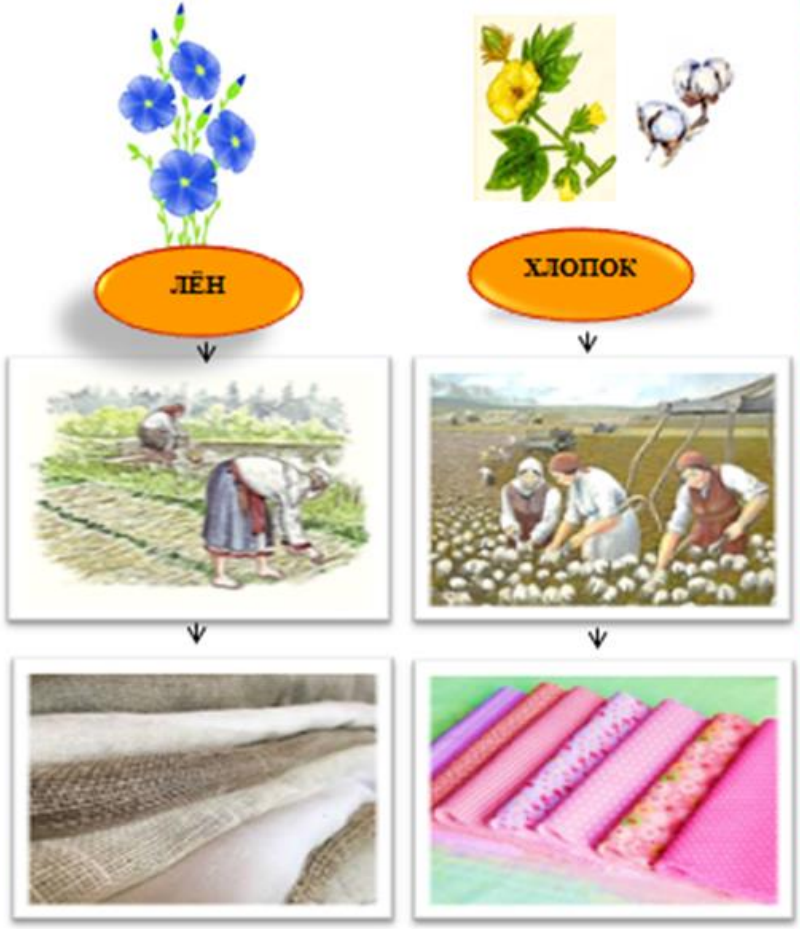
Раз животным удобно в своих шкурах, значит и мне будет удобно, подумал человек.

Так появилась одежда из шкур животных. Сначала просто связывали и обматывали шкуры вокруг тела. Затем научились обрабатывать шкуры и выделывать их. Одежда стала тоньше и могла закрыть всё тело. Скрепляли куски кожи сухожилиями. Вместо игл использовали кости рыб.

Ребята, как вы думаете, удобно ли было носить такую одежду?

Правильно, ребята, неудобно. Она тяжёлая, плохо держится, и летом в ней очень жарко.

Со временем люди научились изготавливать ткани. Первые ткани делали из шерсти животных (овец, коз и других). Потом научились ткать ткани из волокон растений (льна и хлопка).



Шерсть и волокна сначала скручивали, а потом пряли из них нити.

В древние времена уметь прясть должна была каждая женщина. Прядение считалось самым приличным времяпровождением в зимние вечера. Мерилом качества прядения считалась толщина нити: чем она тоньше, тем искуснее мастерица. Долгое время люди пряли вручную.

Позднее было изобретено ручное веретено, а затем прялка. Три операции – вытягивание, кручение и наматывание нити – объединились в единый процесс. Прялки делали из липы, осины, клёна; веретена – из березы. Недаром появилась такая загадка:

«На липе сижу, сквозь клён гляжу, березой трясу».

Проведите небольшой, но интересный опыт

Возьмите маленький ком ваты, и медленно вытягивайте из него волокна и хорошо скручивать их пальцами. Получается нить, правда, она будет неодинаковой по толщине, но достаточно плотной.

Из нитей ткали ткань, шили красивую одежду. Если внимательно посмотреть на ткань, можно увидеть, что она состоит из нитей, переплетённых между собой.

Это интересно!

Льняную одежду носили люди богатые, бедные и даже цари. Лён использовали для разных хозяйственных нужд: детали парусины, рыболовецкие сети, канаты.

Льняные вещи служили долго, их носили много лет, передавали по наследству.

Древним словом **«портище»** называли отрез (кусок ткани); отсюда и слово **«портной»** - человек, шьющий одежду.

Основной одеждой у славян считалась рубаха. Первые рубахи были с несшитыми краями. Брали отрез ткани, делали прорезь для головы и обновка готова. Такую одежду подпоясывали широким поясом. Края у таких рубах быстро обсыпались, поэтому их стали сшивать грубым швом. Рубах были разных цветов, чаще белые, синие и красные.

Дети на Руси носили только рубашонки. Причем шили их не из нового полотна, а обязательно из старой одежды родителей.

Так человек из шкур переоделся в одежду из ткани, которую носим мы с вами.

Упражнение «Поможем Тане и Ване одеться»

Рассмотрите картинки, назовите предметы одежды и закрепите в словаре обобщающее слово **«ОДЕЖДА».**

Проведите красные линии от Тани к её одежде и синие линии от Вани к его одежде.

Составьте предложения по образцу:
«Это Ванины брюки. Это Танина юбка».
Покажите и назовите детали своей одежды ***(воротник, рукава, манжеты, карманы).***

Речь с движением «Рубашка»

У рубашки два манжета,
(ребенок показывает манжеты на двух руках)
Воротник
(показывает воротник)
И рукава,
(проводит ладошками по рукавам)
И застежка есть, чтоб легче
(показывает застежку сверху вниз)
Проходила голова. Пуговицы застегнем,
(имитирует движения)
А потом гулять пойдем.
(марширует)

Обратите внимание, как правильно употреблять слова:
НАДЕТЬ (на себя), ОДЕТЬ (кого-то)

Это стихотворение поможет запомнить это правило

«На дворе холодный день,
Ты пальто своё ... **надень**,
Также брата-малыша потеплее ты... **одень**».
«Чтоб гулять и не замёрзнуть, надо шапку...
(**надевать**),
Куклу надо... **одевать**, майку надо ... **надевать**.
Это твердо надо знать».

Современная одежда очень многообразна. Шьют её из различных тканей на швейных фабриках, в ателье, дома.

Речевая игра «Какая одежда?»

Одежда из кожи (какая?) - кожаная
Одежда из шерсти (какая?) - шерстяная
Одежда из ситца (какая?) - ситцевая
Одежда из льна (какая?) - льняная
Одежда из меха (какая?) - меховая
Одежда из шёлка (какая?) - шёлковая

Составьте словосочетания по образцу:
кожаный плащ, шерстяной свитер, ситцевое платье, льняная рубашка, меховая шуба.

Чтобы у нас были красивые вещи, одежда должна пройти длинный путь. Над её созданием трудится большое количество людей.

Прочитайте стихотворение о мастере – портном

Жил портной один умелый,
Знал прекрасно своё дело.
Шил одежду на заказ,
Ткани выбирал для вас:
Креп, парчу, шерсть и атлас,
А потом снимал он мерку.
Делал выкройку с примеркой,
Белой ниткой ткань метал,
На машине всё сшивал –
Выходил наряд отменный:
Знал наш мастер своё дело.

Назовите мастеров, которые создают одежду (*дизайнер, закройщик, швея, портной*).

Портной сшил много разной одежды. Но он так спешил, что забыл пришить некоторые детали.

Игра «Чего не хватает?»

Помогите портному найти недостающие детали одежды. Для этого назови их и покажи.

Составьте предложения по образцу:

Портной не пришил рукав к рубашке.
Портной не пришил воротник к шубе.
Портной не пришил воротник к пальто.

Игра «Узнай одежду по её тени»

Проведите линию от одежды к её тени.

В разное время года люди носят одежду соответствующую сезону. Летом-летнюю, осенью-осеннюю, зимой зимнюю, весной-весеннюю. Погода тоже влияет на выбор одежды.

Игра «Время года»

Соедините картинки с изображением летней одежды с ***солнышком***, зимней одежды-со ***снежинкой***, весенне-осенней одежды с ***тучкой.***

Расскажите, в какое время года носят эту одежду? Например: *Сарафан носят летом. Шубу носят зимой. Куртку носят весной и осенью.*

Физкультминутка

На прогулку мы пойдём

Мы зимой гуляли – шубы надевали,
Шубы надевали и в снежки играли.

Мы весной гуляли - плащи надевали,
Плащи надевали - лужицы считали.

Летом мы гуляли -
шорты надевали,
По лугу ходили - бабочек ловили.

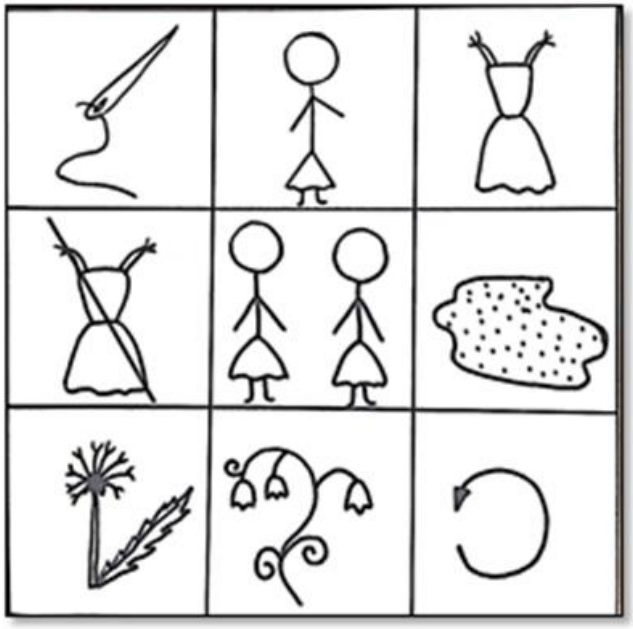
Коля, Коля, Николай

Коля, Коля, Николай, за собою убирай!
(идут по кругу друг за другом)
У тебя ленивы руки
(хлопают в ладоши)
Под столом ремень и брюки,
(приседают)
Не в шкафу рубаха,
(«рисуют» четырехугольник)
Николай – неряха.
(грозят пальчиком и качают головой).

Предлагаю вам выучить стихотворение «Сарафанчик» с опорой на ***мнемотаблицу.*** Символы в таблице подскажут вам с чего начать стихотворение, чем продолжить, и как завершить.

Сарафанчик

Сшили Тане сарафанчик-
Нет такого у подруг:
Ярко-жёлтый одуванчик,
Колокольчики вокруг.
З. Александрова



Игра «Найди пару»

Внимательно рассмотрите и назовите предметы. Составьте из этих предметов пары, объединив их вместе по смыслу.

Например: ***бабочка и сарафан***. Сарафан надевают летом, и бабочки тоже летают летом. Возьмите карандаш и соедините линией бабочку и сарафан.

Ответ:
Шуба и санки. Брюки и ремень. Зонт и плащ. Носки и спицы. Иголка и пуговица.

С ладошкой поиграем, мелкую моторику развиваем

Прочитайте стихотворение «Чемодан», медленно и четко проговаривайте каждую строчку, выполняя самомассаж левой, затем правой руки.

Чемодан

Ладошка-это чемодан,	*Погладить левую ладошку подушечками пальцев правой руки, а затем сжать левую руку в кулачок*
Замок открыть смогу я сам.	*разгибать пальцы левой руки, сжатые в кулак по одному, начиная с мизинца*
А в неё одежды целый тюк:	*Растирать левую ладошку большим пальцем правой руки спиралевидными движениями по кругу*
Рубашка, шарф, две пары брюк, пиджак, жилетка, сарафан…	*Пальцами правой руки растереть каждый пальчик левой руки, начиная с мизинца, от подушечки к основанию*
И шуба влезла	*Соединять последовательно с большим все пальцы левой руки, начиная с указательного*
В чемодан!	*Сжать пальцы левой руки в кулачок*

Выучите стихотворение. Расскажите, во что превратилась ладошка в стихотворении? Перечислите, что на ней изображено.
Найдите на картинке ключик от чемодана и сосчитайте все пуговицы на одежде.

Упражнение «Штриховка»

Назовите предметы одежды, возьмите простой или цветной карандаш и проведите ровные линии в заданном направлении (слева-направо, сверху-вниз, снизу-вверх) проговаривая вслух.

Игра «Найди отличия»

Посмотрите внимательно на платья, назовите **7 отличий**

Дорисуй платья так, чтобы все они стали **одинаковыми.**

Внимание! Викторина!

Угадайте, из какого художественного произведения эти отрывки.

«Вместо шапки на ходу
Он одел сковороду.
Вместо валенок перчатки
Натянул себе на пятки…»

Ответ: С.Маршак «Вот какой рассеянный»

«Заглянула под кровать, а там только один башмак стоит, а другого нет!
А кошка ходит, все своё мурлычет - приговаривает:
-Ищешь, ищешь - не найдёшь,
А разыщешь - так пойдёшь.
Надо вещи убирать-
Не придётся их искать».

Ответ: Л. Воронкова «Маша-растеряша»

«Шляпа выползла на середину комнаты и остановилась. Ребята смотрят на неё и трусятся от страха. Тут шляпа повернулась и поползла к дивану».

Ответ: Н. Носов
«Живая шляпа»

«Много лет назад жил-был на свете король; он так любил наряжаться, что тратил на новые платья все свои деньги. На каждый час дня у него был свой наряд, и как про других королей часто говорят: «Король в совете», так про него говорили: «Король в гардеробной».

Ответ: Г. Андерсен
«Новое платье короля»

Пословицы и поговорки

Портной без платья, а сапожник без сапог.
Длинная нитка – ленивая швея.
Не одежда красит человека, а добрые дела.
Какова пряха, такова на ней рубаха.
С миру по нитке - голому рубаха.
По одёжке встречают, по уму провожают.
Умелые руки не знают скуки.
Семь раз отмерь, один раз отрежь.
Всякой вещи своё место.

Наша с вами экскурсия подошла к завершению, теперь вы знаете о том времени, как и когда, появилась первая одежда. А также нашли ответы на вопросы:

- всегда ли люди носили такую одежду, как сейчас?
- как люди одевались раньше, и как со временем менялась одежда?
- из чего изготавливали первые ткани?
- откуда произошло слово «портной»?
- какой основная одежда была у славян?

Сказка о непослушной одежде

Родители часто говорили сыну: – Митя, вешай одежду на место, не разбрасывай по углам и диванам. Но он все равно разбрасывал, потому что придешь с улицы – а дома жарко. И потом, надо же скорее во что-нибудь поиграть! Поэтому куртку мальчик бросал на стоящий в коридоре велосипед, ботинки оставлял посреди коридора, штаны – на тумбочке, рубашку – на кресле.

–Я не успеваю! – отвечал Митя.

–Я потом положу на место.

Но забывал. Тогда одежда обиделась на неаккуратного мальчика. И однажды, когда он собрался на улицу, одеться у него не получилось. Рубашка не захотела заправляться в штаны, у штанов не застегивалась молния, у ботинок оказались такие узлы на шнурках, что их невозможно было развязать. А куртка вообще заявила:

– Я грязная, меня твой велосипед запачкал. В таком виде я отказываюсь выходить во двор и

показываться людям! Застегнулась на все кнопочки и гордо замолчала. Митя растерялся.

Да я же просто не успеваю...

–Рассказывай это маме с папой, – хмыкнули рубашка, штаны и ботинки.

–Мы знаем: тебе просто все равно. Для тебя неважно, как мы с тобой выглядим.

–Мне важно, очень важно! – пролепетал мальчик, которому очень хотелось выйти во двор, пока погода хорошая.

–Я больше не буду.

–То есть, я буду все делать правильно, честное слово!

Что ж, одежда согласилась поверить и снова стала послушной. Родители удивлялись, почему сын сделался таким аккуратным: вешает одежду на плечики в шкаф и даже ботинки протирает...

А все дело в том, что если уж ты дал честное слово – надо его держать.

Пётр Вакс

Чтение художественной литературы детям

Русская народная сказка «Золотое веретено»

В. Осеева «Волшебная иголочка»

Н. Носов «Заплатка»

Е. Благинина «Научу одеваться и братца»

Л. Чарская «Большая стирка»

Казахская сказка «Чудесная сказка»

К. Ушинский «Как рубашка в поле выросла»

З. Воскресенская «На кончике нити»

Е. Благинина «Шинель»

З. Александрова «Сарафанчик»

В. Орлов «Портниха»

А. Барто «Сто одёжек»

В. Зайцев «Я одеваться сам могу»

В. Лившиц «Валины перчатки»

«Сказка про то, как одежда обиделась»

Список использованных источников

1.Бойкова В.С. «Занятия с логопедом по развитию связной речи у детей» 5-7 лет. С.-П.: КАРО, 2010.

2.Васильева С.А. «Рабочая тетрадь по развитию речи дошкольников». М.: ШКОЛЬНАЯ ПРЕССА, 2007.

3.Дыбина О.И. «Что было до…» Игры-путешествия в прошлое предметов. М.: СФЕРА. 2014.

4.Емельянова Е.И. Наглядно-дидактическое пособие «Как наши предки шили одежду». М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012.

5.Османова Г.А. «Превращение ладошки». С.-П.: КАРО, 2013.

6.Петухова С.А. «Задания и упражнения для развития памяти, внимания и воображения». Учебное пособие-С.-П.: К АРО, 2009.

7.Поставнева Е.С. «Упражнения для выявления и развития интеллектуальных способностей детей». С.-П.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2005.

8.Подрезова Т.И. Материал к занятиям по развитию речи. М.: АЙРИС ПРЕСС, 2008.

9.Теремкова Н.Э. «Логопедические домашние задания для детей 5-7 лет с ОНР». Альбом 2. М.: ГНОМ и Д, 2008.

10.Конспект занятия по ознакомлению с природным и социальным окружением «Путешествие в прошлое одежды»: [Электронный ресурс] - URL https://compedu.ru/publication/puteshestvie-v-proshloe-odezhdy.html (дата обращения 10.10.20)

11.Конспект НОД «История возникновения одежды» для детей старшего дошкольного возраста: [Электронный ресурс] - URL https://nsportal.ru/detskiysad/raznoe/2020/07/15/konspekt-zanyatiya-istoriya-vozniknoveniya-odezhdy-dlya-detey (дата обращения 12.10.20)

12.Картинки «Первобытный человек»: [Электронный ресурс] - URL https://www.dreamstime.com/illustration/sapiens-troglodyte.html (дата обращения 11.10.20)

ОТ ДРЕВНИХ ШКУР ДО СОВРЕМЕННЫХ ШУБ

Пособие для детей, родителей и педагогов

для чтения взрослыми детям

Данное пособие - брошюра предназначено для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов, работающих в дошкольных образовательных организациях. В ней представлен познавательный материал и творческие задания, позволяющие расширить знания детей дошкольного возраста об истории возникновения одежды. Брошюра сопровождается картинками, стихотворениями, речевыми играми.

Автор-составитель: И.П. Саюк, учитель-дефектолог 1 категории
МАДОУ «Детский сад №7»

Путешествие Витаминки

Пособие для детей, родителей и педагогов
для чтения взрослыми детям

Данное пособие – брошюра предназначено для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов, работающих в дошкольных образовательных организациях. Брошюра поможет педагогам и родителям наглядно продемонстрировать ребёнку, какие витамины полезны для здоровья.

В брошюре собран необходимый дидактический материал, который способствует формированию у подрастающего поколения здорового образа жизни, развитию памяти и мышления, обогащению речи и лучшему усвоению новых знаний, а также служит проявлению фантазии родителей и педагогов.

Брошюра сопровождается картинками, стихотворениями, загадками, сказками, играми и раскрасками.

Автор-составитель: Н.Г. Нуянзина, воспитатель
МАДОУ «Детский сад № 7»

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад № 7»

Путешествие Витаминки

Пособие для детей, родителей и педагогов
Для чтения взрослыми детям

МАДОУ «Детский сад № 7»
г. Петропавловск - Камчатский
2020 год

Автор-составитель: Н.Г. Нухзина, воспитатель МАДОУ «Детский сад № 7»

Рецензент: Е.С. Шипунова, заместитель заведующей по воспитательно - методической работе МАДОУ «Детский сад № 7»

«Путешествие Витаминки». Пособие для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов / Для чтения взрослыми детям / Н. Г. Нухзина. - г. Петропавловск – Камчатский 2020 год, – 34 с.

Данное пособие – брошюра предназначено для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов, работающих в дошкольных образовательных организациях. Брошюра поможет педагогам и родителям наглядно продемонстрировать ребёнку, какие витамины полезны для здоровья.

В брошюре собран необходимый дидактический материал, который способствует формированию у подрастающего поколения здорового образа жизни, развитию памяти и мышления, обогащению речи и лучшему усвоению новых знаний, а также служит проявлению фантазии родителей и педагогов.

Брошюра сопровождается картинками, стихотворениями, загадками, сказками, играми и раскрасками.

МАДОУ «Детский сад № 7»
г. Петропавловск – Камчатский
2020 год

Путешествие Витаминки

Пособие для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов.
Для чтения взрослыми детям

Автор-составитель: Н.Г. Нуянзина, воспитатель
МАДОУ «Детский сад № 7»

Рецензент: Е.С. Шипунова, заместитель заведующей по воспитательно – методической работе,
МАДОУ «Детский сад № 7»

МАДОУ «Детский сад №7»
683023, г. Петропавловск – Камчатский, ул. Карбышева, 2/1

Формат А5. С. 32 Тираж экз.
Отпечатано на оборудовании
МАУ «Информационно – методический центр
Петропавловск – Камчатского городского округа»

Здравствуйте, ребята!

Я - Витаминка. Вы попали ко мне в гости в страну витаминов!

Для того чтобы вырасти сильными, быстрыми, ловкими и никогда не болеть нам нужны витамины. Я вам расскажу о пользе витаминов.

Витамины – это такие вещества, которые нужны нашему организму для усвоения пищи, они повышают работоспособность, сопротивляемость к инфекционным заболеваниям, способствуют росту нашего тела.

Слово «**витамин**» придумал американский ученый – биохимик Казимир Функ. Он открыл, что вещество в оболочке рисового зерна жизненно необходим людям.

Соединив латинские слова - вещество «амин» и жизнь «вита» получилось слово «витамин». Для того, чтобы быть здоровым, детям надо съедать в день 500- 600 граммов овощей и фруктов.

Все овощи и фрукты содержат очень много полезных веществ. Когда мы их едим, то наш организм получает большой запас **витаминов**, чтобы мы были здоровы и не болели.

Если мы не будем получать **витамины**, то даже самый здоровый человек станет слабеть, у него начнут портиться зубы, станут выпадать волосы и ухудшится зрение. Он всегда будет чувствовать себя усталым, начнет чаще болеть. Человеку нужны все **витамины без исключения**. Но у каждого **витамина** есть и свое прямое назначение.

Все **витамины делятся на группы** A, B, C, D, E. Хотите узнать, какие полезные продукты к ним относятся?

Витамин А – это витамин роста. Еще он помогает нашим глазам сохранять зрение. Найти его можно в моркови, молоке, зеленом луке, сливочном масле, яичном желтке, рыбе, в овощах и фруктах оранжевого цвета (тыква, абрикос, хурма).

Отсутствие витамина **А** в организме человека может привести к замедлению роста.

Витамин В - помогает работать нашему сердцу. Он предохраняет от нервного расстройства, повышает сопротивление организма к различным заразным болезням. Витамин **В** содержится в капусте, дрожжах, яичных желтках. Его много в семенах подсолнуха, в печёнке, в мясе, в свежих помидорах, в фасоли, в яйцах, хлебе и молоке, в овсяной, гречневой и ячневой каше.

Витамин С – укрепляет весь наш организм, защищает от простуды, он укрепляет иммунитет организма. Когда его мало в пище, может быть упадок сил, болезненный вид, боль в суставах, кровотечения из носа и дёсен, плохо заживают раны. **Витамин** С содержится в свежих овощах, ягодах и фруктах. Его особенно много в чесноке, лимоне, апельсине, черной смородине, шиповнике, луке, в свежей и кислой капусте. Есть еще другое название этого витамина – аскорбиновая кислота «аскорбинка».

Витамин Д сохраняет нам зубы. Без него зубы

человека становятся мягкими и хрупкими, а кости станут слабыми, будут размягчаться и искривляться. Его можно найти в молоке, рыбе, куриных яйцах, твороге. Загорая на солнце, мы тоже получаем витамин Д.

Каждый из этих витаминов очень важен для нас.

Мы с вами предпочитаем любимые блюда, но не забывайте: чтобы быть сильным и здоровым, красивыми и умными, надо питаться разнообразной пищей, а не только тем, что нравится.

Чтобы пища хорошо усваивалась, нужно соблюдать правила питания. **Сейчас мы с вами эти правила вспомним:**

1. Надо питаться продуктами, которые полезны для здоровья (обязательно есть овощи и фрукты).

2. Есть надо не много. Переедание вредно для организма.

3. Пищу нужно хорошо прожевывать.

4. Перед едой надо всегда мыть руки с мылом.

5. Полоскать рот после еды.

6. Во время приема пищи не разговаривать.

7. Нужно завтракать, обедать и ужинать в одно и те же время. Наш желудок привыкнет приниматься за работу в определенные часы. И пища будет перевариваться быстрее, приносить больше пользы.

Ребята, запомните выражения:

- **«Кто долго жуёт, тот долго живёт»**
- **«Правильно питайся – здоровья набирайся»**

Физкультминутка

Давайте поиграем в игру «Это правда или нет», если ответ на вопрос «Да» - прыгаем, если «Нет» - приседаем.

Каша – вкусная еда
Это нам полезно? (Да)
Лук зеленый иногда
Нам полезен дети? (Да)

В луже грязная вода
Нам полезна иногда? (Нет)
Щи – отличная еда
Это нам полезно? (Да)

Мухоморный суп всегда
Это нам полезно? (Нет)
Фрукты – просто красота!
Это нам полезно? (Да)

Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки? (Нет)
Овощей растет гряда.
Овощи полезны? (Да)

Сок, компотик иногда
Нам полезны, дети? (Да)
Съесть мешок большой конфет
Это вредно, дети? (Да)
Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!(…)
А раз полезная еда –
Будем мы здоровы? (Да)

Чтоб с микробами не знаться
Надо дети закаляться (Да)
Никогда чтоб не хворать
Надо целый день проспать (Нет)

Если хочешь сильным быть
Со спортом надобно дружить (Да)
Чтоб зимою не болеть
На улице надо петь (Нет)
От гриппа и ангины нас спасают витамины (Да)

«Витамины – это таблетки,

которые растут на ветке»

Ребята, помочь сохранить здоровье и не заболеть можно с помощью витаминов. Кто-нибудь из вас принимал витамины? Витамины делают наш организм крепким и здоровым, не поддающийся болезням. Но витамины бывают не только в таблетках, они еще растут на ветках. Очень много витаминов содержится в овощах, фруктах и ягодах. Назовите, какие вы знаете фрукты, овощи и ягоды отгадывая загадки:

Сто одежек –
Все без застежек. *(Капуста)*

Я длинный и зеленый,
Вкусен я соленый,
Вкусен и сырой.
Кто же я такой? *(Огурец)*

Никого не огорчает,
А всех плакать заставляет. *(Лук)*

Он бывает, дети, разный –
Желтый, травяной и красный.
То он жгучий, то он сладкий,
Надо знать его повадки. *(Перец)*

Красна девица
Сидит в темнице,
А коса на улице. *(Морковь)*

Круглое, румяное,
Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
И маленькие детки. (Яблоко)

Закопали в землю в мае,
И сто дней не вынимали,
А копать под осень стали
Не одну нашли, а десять. (Картошка)

С оранжевой кожей,
На мячик похожий,
Но в центре не пусто,
А сочно и вкусно. (Апельсин)

Он почти как апельсин,
С толстой кожей, сочный,
Недостаток лишь один -
Кислый очень, очень. (Лимон)

Огурцы они как будто,
Только связками растут,
И на завтрак эти фрукты
Обезьянам подают. (Бананы)

Эти ягоды, все знают,
Нам лекарство заменяют.
Если вы больны ангиной,
Пейте на ночь чай с…(Малиной)

На колючей тонкой ветке
В полосатых майках детки.
Куст с шипами — не шиповник,
Как зовется он? (Крыжовник)

Повернулась к грядке боком,
Налилась вся красным соком.
Ей сестрица земляника.
Что за ягодка? (Клубника)

Что за кустарник ароматный?
Ягод вкус его приятный —
Висят, как черный виноград,
И каждый пробовать их рад!
Давно у вас в саду растет,
Свой дом не бросит, не уйдет,
Теперь его там родина.
Как куст зовут? (Смородина)

Помоги Витаминке выбрать полезные продукты?

Проведи линию от корзинки к фруктам, овощам.

Игра «Четвёртый лишний»

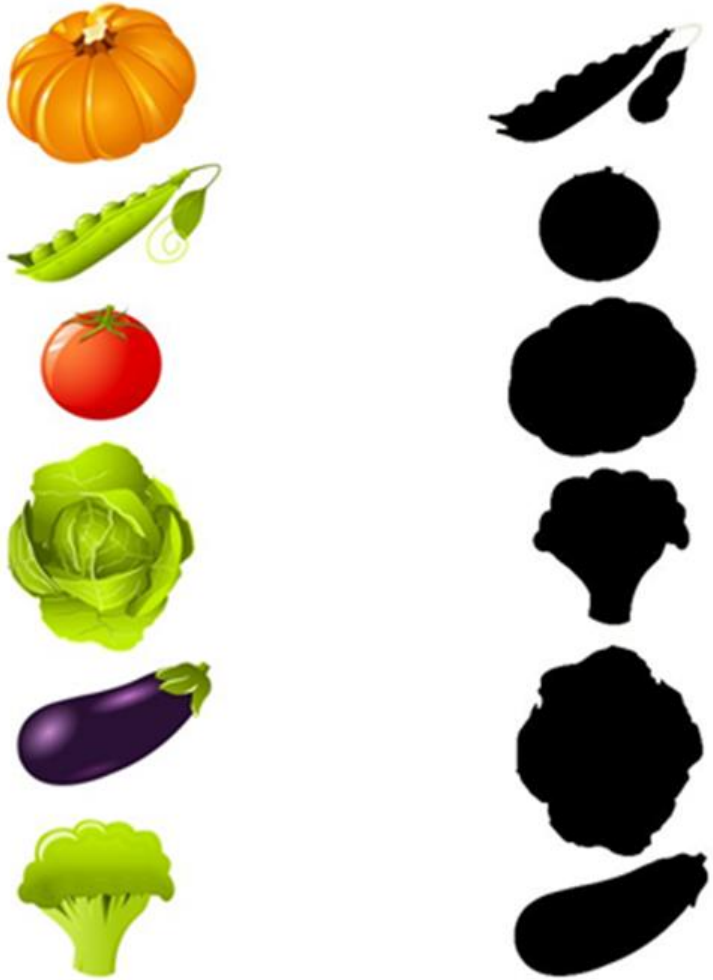
На картинку посмотри,
Предмет лишний назови
И свой выбор объясни.

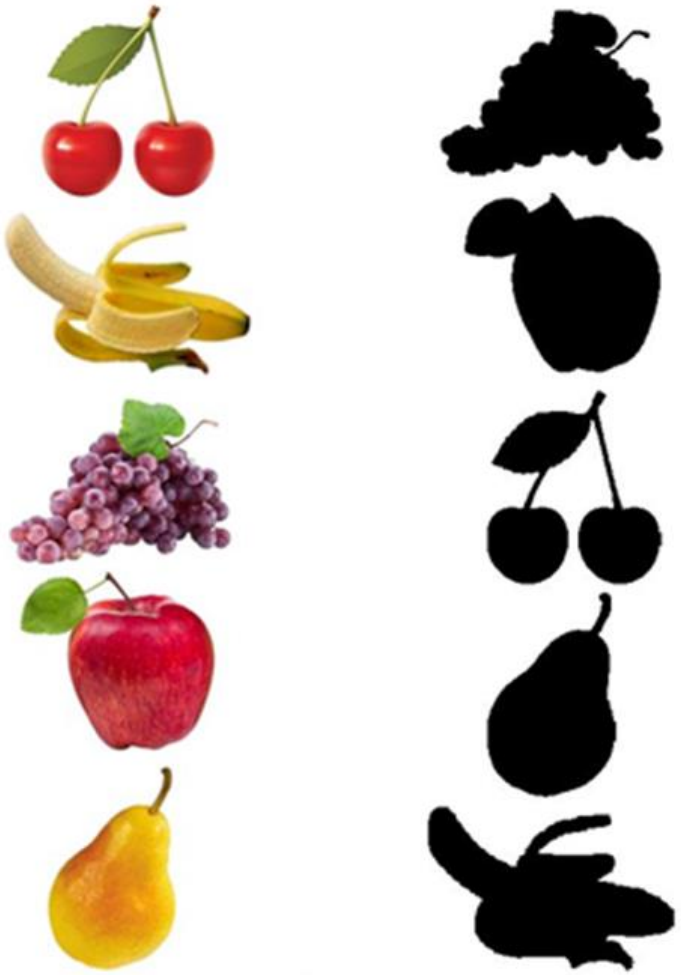
Игра «Наполни баночку витаминами»

Ребята, наполните баночки «витаминами» – раскрасьте кружочки под цвет баночки.

Игра «Найди тень»

Ребята, определите фрукты и овощи по тени, соедините их стрелками





Игра «Дорисуй-ка»

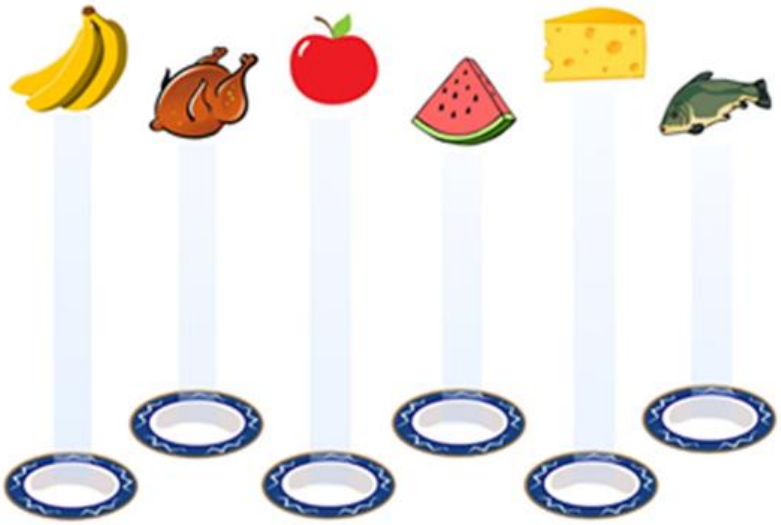
1. Ребята, дорисуйте овощи овальной формы *(огурец, баклажан, кабачок, картошка)*

2. Дорисуйте овощи круглой формы *(помидор, свекла, репа, капуста)*

3. Дорисуйте фрукты овальной формы *(слива, ананас, лимон, киви)*

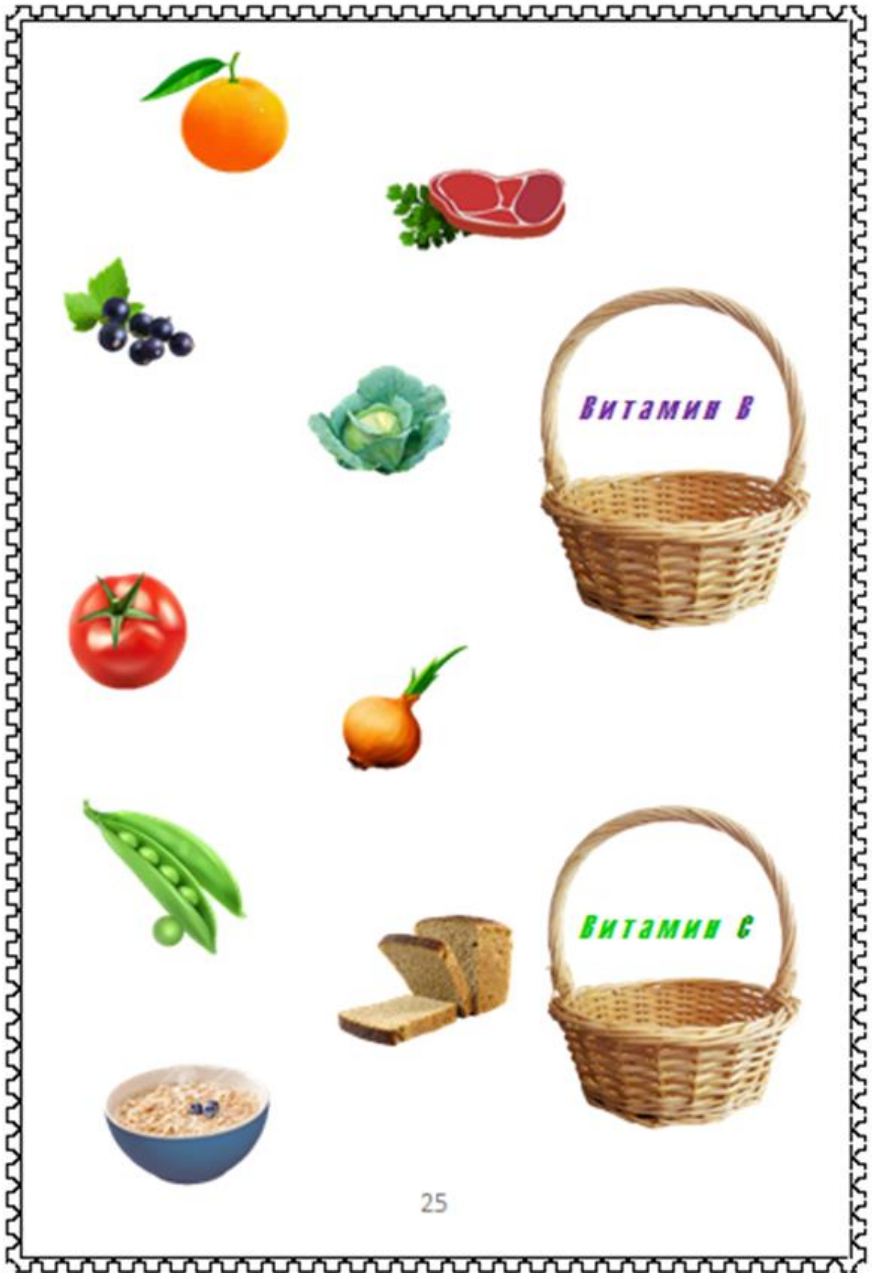
«Разложи по тарелкам»

Проведите вертикальные прямые линии от продукта до тарелки.



Игра «Полезные витамины»

Ребята, соберите продукты в корзинки с определёнными витаминами А, В, С, Д (проведите линию от продукта к корзинке).



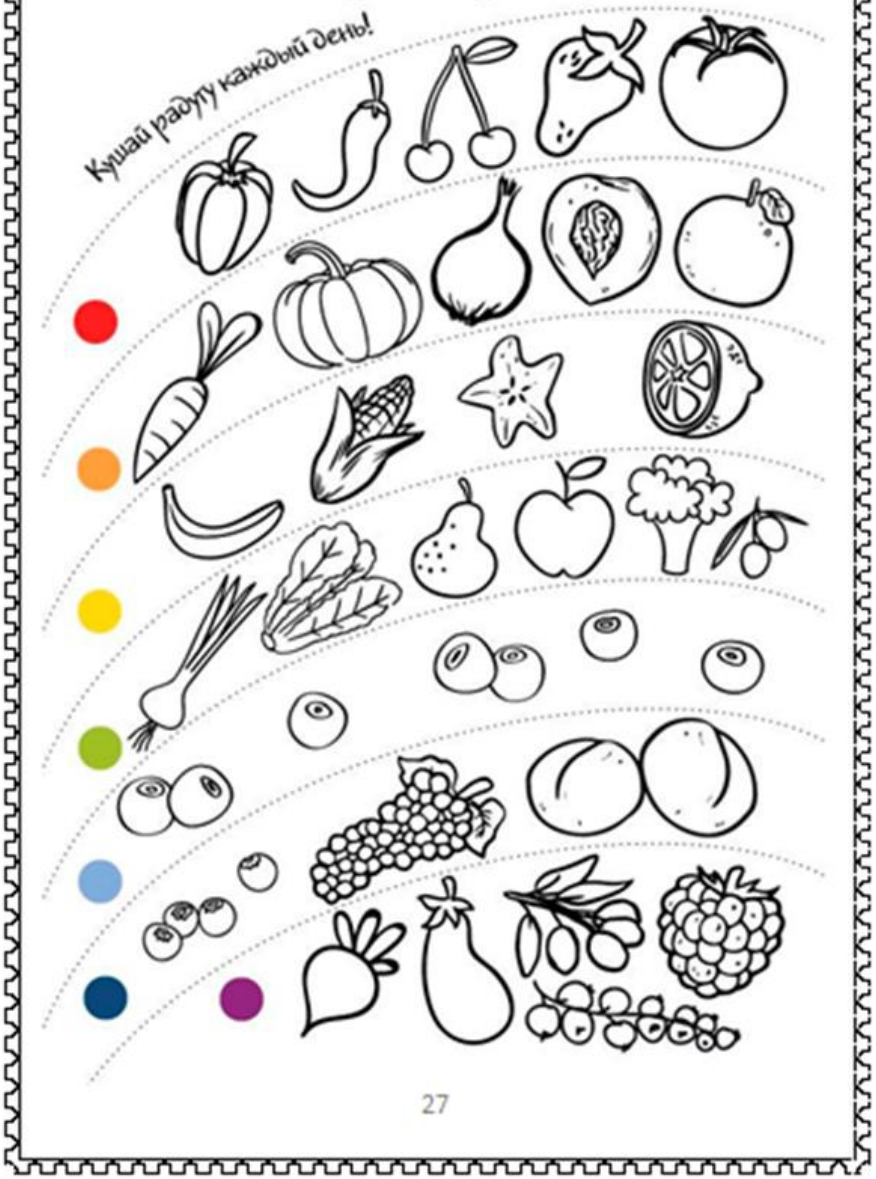
25

«Что несъедобное?»

Посмотрите на картинку внимательно и покажите, что несъедобное, что нельзя съесть.

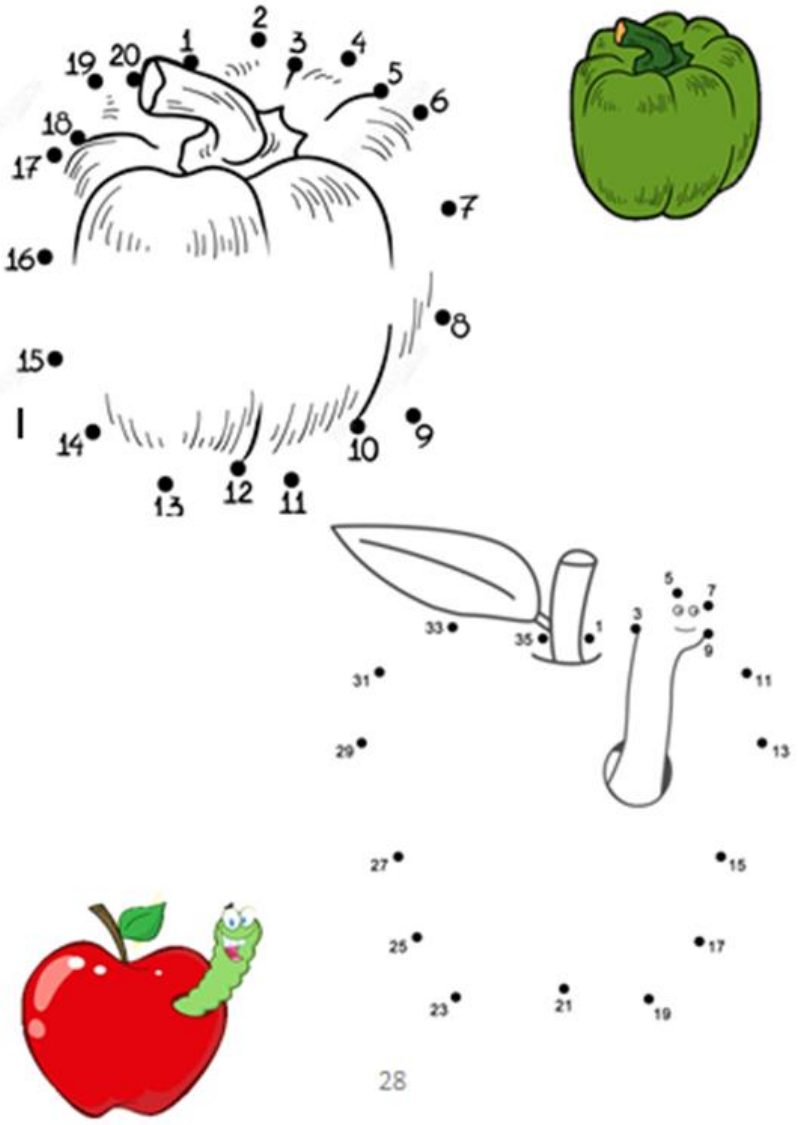
26

Раскрась картинку



27

Соедини по точкам



28

Сказка о полезных овощах.

Хочу рассказать вам одну историю…

Однажды мальчику Ване приснился сон, в котором он попал в чудесное место – Королевство овощей. Увидел он дорожку и пошел по ней. И вдруг слышит разговор. Огляделся он, нет никого. Только овощи лежат. Подошёл поближе к грядкам и увидел разговор овощей. Да не просто разговор, а спор.

- Я самый главный! – громко говорил картофель.

- Почему же? – спрашивал улыбающийся огурец. – Ведь я тоже полезен и очень красив!

– Потому что я лучше других овощей насыщаю, даю всем людям силы на весь день! – отвечал картофель.

- Нет, я самая главная! – не соглашалась с картофелем и огурцом оранжевая морковка. – Знаете, как много во мне особого витаминчика – бета-каротина? Он полезен для хорошего зрения. Кто меня, морковку, кушает, тот до самой старости хорошо видеть будет. Только кушать меня надо со сметанкой, так мои

витаминки правильно работают и становятся намного полезнее.

Слушает Ваня морковку и головой кивает. Вот почему оказывается, бабушка хорошо видит, и не надевает очки даже когда вяжет и шьет. Она, наверное, морковку любит.

- Подружка, не только ты, богата бета-каротином, — ответила тыква. – Во мне его тоже много, так же как других полезных витаминов! Я помогаю человеку бороться с осенними и весенними болезнями, когда на улице сыро, холодно и дует ветер. Во мне и витамин С есть!

- О, если хотите получить витамин С, то это ко мне вы обращайтесь! – рассмеялся сладкий мясистый красный перец. – Во мне его ооочень много! Даже больше чем в жёлтых лимонах и оранжевых апельсинах! Я при простудах помогаю, организм укрепляю.

- Я красный помидор, я поднимаю настроение! Если скушал помидор, то будешь много улыбаться.

- А я тоже один из самых полезных овощей! – улыбнулась брокколи — кудрявая капуста, поправив свои зелёные листочки. – И чего во мне только нет! Хоть вари меня, хоть сырой кушай – сплошные витамины! А мой вкус! Знаете, какой из

меня супчик получается?

- Ну-ну, друзья, не горячитесь, — сказал басом лук. – Вы же слышали поговорку «Лук от семи недуг»? Это про меня так говорят. Значит, что я от многих болезней человека могу вылечить и защитить. И меня во все блюда добавляют. Без меня они не такие вкусные.

Тут вдруг овощи заметили, что за ними наблюдают и сразу затихли, как будто только что не спорили друг с другом.

- Вот чудеса! – прошептал Ваня, и тут сон закончился. Это мама разбудила его, позвав кушать.

Мальчик понял, что сильно проголодался и побежал мыть руки. По пути он вспоминал, что сегодня приготовила мама на завтрак. А когда вспомнил, что она говорила про тыквенную кашу, обрадовался. Теперь-то он всегда будет кушать мамины супчики, кашки и салатики и станет сильным, ловким и здоровым. С тех пор Ваня больше никогда не капризничал, хорошо кушал и стал меньше болеть. А другим деткам, когда видел, что те балуются едой, всегда рассказывал о своём чудесном сне.

Автор: Коваленко Татьяна Викторовна

Пришло время расставаться, ребята, давайте с вами вспомним:

- Что нового о еде мы сегодня узнали?

- Что делает еду нашу полезной? (витамины)

- Чтобы полезные вещества усвоились, какие правила нужно соблюдать?

Ребята, мы с вами теперь знаем, какие продукты полезны, а какие вредные, и в каких продуктах содержатся витамины А, Б, С, Д.

Чтобы здоровым оставаться, всем нужно правильно питаться!

Вам открыла все секреты,
Как здоровье сохранить,
Выполняйте все советы,
И легко вам будет жить!

Список использованных источников:

1. Презентация «Витаминки, витаминки, для Сережки и Маринки!» »: [Электронный ресурс] – URL: https://www.maam.ru/detskijsad/vitaminki-vitaminki-dlja-serezhki-i-marinki.html (дата обращения 17.10.2020)
2. Игра «Четвертый лишний»: [Электронный ресурс] – URL: https://ds03.infourok.ru/uploads/ex/082d/00063634-d5c6da36/img8.jpg (дата обращения 18.10.2020)
3. Игра «Собери овощи»: [Электронный ресурс] – URL: https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/05b8/00060caf-aed9b9cf/img2.jpg (дата обращения 18.10.2020)
4. Игра «Собери фрукты»: [Электронный ресурс] – URL: https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/05b8/00060caf-aed9b9cf/img1.jpg (дата обращения 18.10.2020)
5. Дидактические игры по теме «Фрукты»: [Электронный ресурс] – URL: https://katkovapk.ucoz.ru/load/didakticheskie_igry_po_teme_frukty/1-1-0-20 (дата обращения 18.10.2020)
6. : [Электронный ресурс] – URL: https://www.maam.ru/detskijsad/-vitaminy-i-poleznye-produkty-722515.html(дата обращения 18.10.2020)
7. «Корзинка — витаминка». Дидактическая игра по ОБЖ для детей 5–7 лет (раздел «Здоровье ребенка») https://www.maam.ru/detskijsad/-korzinka-vitaminka-

didakticheskaja-igra-po-obzh-razdel-zdorove-rebenka-dlja-detei-5-7-let.html (дата обращения 16.10.2020)

8. Сказка о полезных овощах. Автор: Коваленко Татьяна Викторовна http://doshkolnik.ru/detskie-skazki/6810-skazka-o-poleznyh-ovoschah.html (дата обращения 21.10.2020

МАДОУ «Детский сад № 7»
683023, г. Петропавловск – Камчатский, ул. Карбышева, 2/1
Формат А5. Тираж____экз.

А.Н. ФЕДЬКО

ЧУДО-ЛОЖКА

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад №7 комбинированного вида»

Чудо -ложка

Пособие для детей, родителей и педагогов
Для чтения взрослыми детям

МАДОУ «Детский сад № 7»
г. Петропавловск - Камчатский
2020 год

Автор-составитель: А.Н. Федько воспитатель МАДОУ «Детский сад № 7»

Рецензент: Е.С. Шипунова, заместитель заведующей по воспитательно - методической работе МАДОУ «Детский сад №7»

«Чудо-ложка» Пособие для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов / Для чтения взрослыми детям / А. Н. Федько, - г. Петропавловск – Камчатский 2020 год, –24с.

Данное пособие – брошюра предназначено для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов, работающих в дошкольных образовательных организациях. Брошюра поможет педагогам и родителям узнать историю возникновения, о разновидностях, свойствах и назначении различных ложек.

В брошюре собран необходимый дидактический материал, который способствует формированию представления о русской ложке.

Брошюра сопровождается картинками, играми и поделками, изготовленными руками детей.

МАДОУ «Детский сад № 7»
г. Петропавловск – Камчатский
2020 год

Чудо-ложка

Пособие для детей от 5 до 7 лет, родителей и педагогов.
для чтения взрослыми детям

Автор-составитель: АН. Федько воспитатель
МАДОУ «Детский сад № 7»

Рецензент: Е.С. Шипунова, заместитель заведующей по
воспитательно – методической работе
МАДОУ «Детский сад №7

МАДОУ «Детский сад №7»
683035, г. Петропавловск – Камчатский, ул. Карбышева, 2/1

Формат А5. С. 24 Тираж экз.
Отпечатано на оборудовании
МАУ «Информационно – методический центр
Петропавловск – Камчатского городского округа»

Дорогие ребята!

Меня зовут Чудо-Ложка! Я очень важный предмет и без меня невозможно обойтись. Я являюсь самым древним инструментом, предназначенным для черпанья из какой-либо емкости жидкого и рассыпчатого содержимого.

Я расскажу вам интересную историю о происхождении ложки. Давным-давно у людей не было ложек, и они ели руками. И вот однажды один человек взял в руки очень горячее, что человек выронил его из рук, и мясо упало на острую палочку. Тут человек понял, что с палочки есть удобнее и пальцы не жжет. С тех пор люди стали пользоваться палочками.

Время шло. Однажды человек мешал палочкой еду, а она была широкая, в ней было углубление, в котором еда и оставалась. Затем у них появились первые ложки, которые люди делали из глины, но эти ложки были не прочные, они ломались, крошились.

3

Самая первая ложка была вытесана из камня, была она очень тяжелая и неровная. Затем человек придумал смастерить ложку из кости животного, она была удобнее, легче, более гладкая, чем предшественница. И во время еды ложка из кости не обжигала губы, как каменная ложка.

Предлагаю поиграть в игру и узнать из чего сделаны ложки?

Игра «Соедини»

Образец: Ложка из глины (какая?) – глиняная ложка

Ложка из дерева-

Ложка из кости-

Ложка из железа-

Ложка из камня-

Ложка из пластика-

4

Позже ложки на Руси делали с выдумкой. Они были, расписные, каждый край отличался своей задумкой ложки, не похожей на другие. Ложка получилась на славу – красивая, легкая.

Давайте проведем опыт и узнаем, как нагреваются ложки из разных материалов.

Опыт «Как не обжечься».

Вам понадобиться алюминиевая и деревянная ложки, емкости с горячей водой. Необходимо поместить в горячую воду ложки из разных материалов так, чтобы в воде была половина ложки.

Результат. Верхняя часть алюминиевой ложки горячая, а верхняя часть деревянной ложки осталось холодной.

Вывод. Та часть алюминиевой ложки, которая находилась в воде, нагрелась, и тепло пошло по всей ложке. Верхняя часть деревянной ложки не нагрелась. Разные материалы нагреваются по-разному у них разная теплопроводность.

Существует много разновидностей ложек с некоторыми из них, мы познакомимся:

Детские – часто предлагаются малышам, только начинающим есть твёрдую пищу.

Столовые ложки – то есть те, которыми едят.

Походные – удобны в силу своей универсальности, небольшого веса и практичности.

Мерные - для отмеривания небольшого количества сыпучих или жидких продуктов.

Кухонные – для перемешивания супов, каш и других целей

Предлагаю выполнить пальчиковую гимнастику

«Помощница».

Раз, два, три, четыре,

(Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить.)

Мы посуду перемыли:

(Одна ладонь скользит по другой по кругу.)

Чайник, чашку, ковшик, ложку

(Загибают пальчики по одному, начиная с большого.)

И большую поварешку.

Мы посуду перемыли,

(Одна ладонь скользит по другой.)

Только чашку мы разбили,

Ковшик тоже развалился,

Нос у чайника отбился.

(Загибают пальчики по одному, начиная с большого.)

Ложку мы чуть-чуть сломали,

Так мы маме помогали.

Сегодня деревянная ложка - чаще всего просто расписной сувенир, однако и есть ими - большая радость. Есть мастера ложкари, кто вырезает настоящие деревянные ложки, которыми можно есть.

А делали ложки на Руси с выдумкой. Они были вырезные, расписные, каждый край отличался своей задумкой ложки, не похожей на другие. Деревянные ложки можно и сейчас увидеть в домах, они украшают дом, а некоторые хозяйки до сих пор даже их используют. Это ложки с дыркой посередине – для компота, черпак – для ухи, муки.

Еще деревянные ложки можно использовать как музыкальный инструмент. В России музыканты – ложечники, постукивая ложками друг о друга, выстукивают мелодию плясовую и задорную.

Музыкальные ложки по внешнему виду мало чем отличаются от обычных столовых деревянных ложек, только выделываются они из более твёрдых пород дерева.

Существует множество приёмов игры на ложках. Обычно в игре одного исполнителя используются три ложки. Две из них закладываются между пальцами левой руки, третья берется в правую. Первые две служат как бы двойной «наковальней», по которой бьют третьей ложкой. Причем бьют скользящим ударом с одной чашечки на другую, тут же еще раз прихлопывая ими при помощи пальцев левой руки. Получается все время многозвучный ажурный ритмический рисунок.

2 апреля – Международный день ложки. Его празднуют сотни тысяч людей. Они готовятся к этому дню очень тщательно: расписывают ложки и украшают квартиры, дома.

На деревянных ложках не только играют, но и красиво расписывают. Такая роспись называется хохломская. Деревянную ложку отесывали из баклуши топориком, затем теслой, оструганивали ножом и резали кривым резаком, а черенок и коковку обрабатывали ручной пилой. Украшали деревянные ложки резьбой и расписным узором.

Предлагаю расписать ложку

1. Материалы и инструменты – заготовка (из папье-маше), гуашь (в том числе и белая), кисти, палитра, непроливайка, карандаш, ластик.

2. Первый этап – роспись фона. Сначала уточку нужно полностью про грунтовать или нанести белую краску

3. На высохшем фоне нужно карандашом отметим узор. Можно воспользоваться трафаретными заготовками.

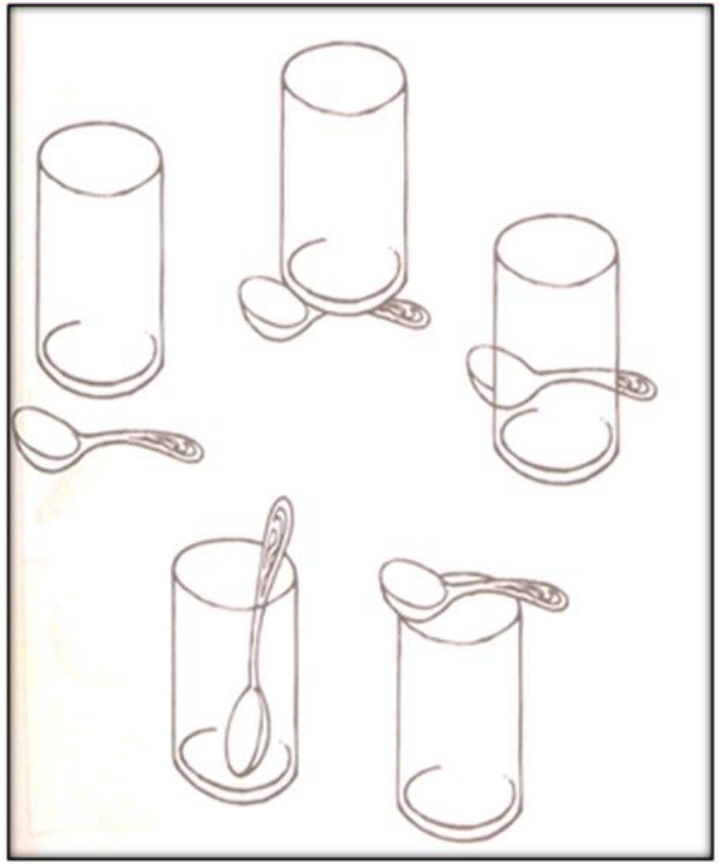
4.Далее элементы следует расписать. Сначала тренируемся на палитре. Нарисованную с помощью трафарета ягодку, листочек, расписываем нужным цветом. После первой пробы на бумаге, приступаем к росписи изделия.

4. Мелкие детали (травинки, тычинки, ягодки) можно сделать с помощью ватных палочек и зубочисток. Другие узоры можно выполнить штампами.

Давайте сыграем в игру и узнаем, где находиться ложка

Игра «Назови и покажи»

Где ложка в стакане? Где на стакане? Где перед стаканом? Где под стаканом? Где за стаканом?



Раскрась узором ложку

15

Игра «Разложи ложки по назначению»

Соедини линиями ложки и блюда.

16

Предлагаю выполнить поделку

из пластмассовых ложек « Тюльпан».

Для работы понадобиться :

- зеленая и красная гофрированная бумага
-кисточка и клей ПВА
- ложки из пластика
- изолента зеленого цвета

1. Прежде всего стоит нарезать бумагу красного цвета на квадраты.

2. Прежде всего стоит нарезать бумагу красного цвета на квадраты. Затем в каждый квадрат стоит завернуть ложки.

3.

Далее, стоит собрать тюльпаны. При этом сначала скрепляются 2 ложки, а потом к ним добавляется еще 3. Цветы необходимо зафиксировать изолентой зеленого цвета.

Вот такие красивые тюльпаны получились у воспитанников «Детского сада №7 комбинированного вида» «Лесная сказка».

19

Пришло время закрепить знания и ответить на вопросы:

- Когда, где и как появилась ложка?
- Из чего изготавливает ложки?
- Как изменилась ложка с древних времен и до наших дней?
- Что такое ложка?
- Какими бывают ложки?
- Все ли ложки одинаковы?

20

Прочитай вместе с родителями следующую художественную литературу:

Дорогие ребята, вы познакомились с историей возникновения ложки, узнали о разновидностях, свойствах, материалах и назначении различных ложек, способах ее изготовления и использования.

Вы узнали, что, кроме традиционного использования во время еды ложки можно применять в различных видах деятельности. На музыке ложки можно использовать, как музыкальный инструмент, а также в качестве атрибута для танцев. На протяжении своего развития ложка постоянно претерпевала кардинальные изменения, зависевшие как от изменения моды на одежду, так и от перемены стиля жизни вообще. Но как бы там ни было, ложка остается, по сей день, незаменимым предметом в повседневной жизни человека.

Список использованных источников.

1. К. Ю., Теселкина Н. В., Мурзина М. Р., Щеткина Т. Т., и др. Организация проектной деятельности в дошкольном образовании. – М.: УЦ «Перспектива», 2013. – 104 с.
2. Веракса Н. Е., Веракса А. Н., Проектная деятельность дошкольников. М.: Мозаика-Синтез, 2008.
3. Н. Ф. Сорокина «Играем в кукольный театр», М.: АРКТИ, 2002.
4. М. В. Тихонова, Н.С. Смирнова «Красна изба» – знакомство детей с русским народным искусством, ремеслами, бытом, СПб: «Детство-пресс», 2004
5. Источник: https://www.svoimi-rukamy.com/kak-sdelyat-podelki-iz-plastikovih-logek.html
6. Н.Г. Кононова «обучение дошкольников игре на музыкальных инструментах», Москва «Просвещение», 1990;
7. Н.Ф. Сорокина «Играем в кукольный театр», Москва, АРКТИ, 2002;
8. М.В. Тихонова, Н.С. Смирнова «Красна изба» — знакомство детей с русским народным искусством, ремеслами, бытом, Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2004;

9. Т.А. Бударина, О.А. Маркеева «Знакомство детей с русским народным творчеством», Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2001;
10. О.Л. Князева, М.Д. Маханёва «Приобщение детей к истокам русской народной культуры», Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2002;
11. http://avega.net.ua/avega/index.php/rukodelie/855-2011-03-29-10-48-42.html — деревянные ложки
12. http://nechtoportal.ru/istoriya-veshhey/istoriya-lozhki.html — история ложки
13. http://www.samoffar.ru/lozhki.shtml — деревянные ложки
14. http://stranamasterov.ru/node/454664 — Ложковый кукольный театр. Роспись по дереву.
15. Источник: https://www.svoimi-rukamy.com/kak-sdelyat-podelki-iz-plastikovih-logek.html

Чудо – Ложка

Пособие для детей, родителей и педагогов

Для чтения взрослыми детям

Данное пособие – брошюра предназначено для детей от 5до 7 лет, родителей и педагогов, работающих в дошкольных образовательных учреждениях организациях. Брошюра поможет педагогам и родителям узнать историю возникновения, о разновидностях, свойствах и назначении различных ложек.

В брошюре собран дидактический материал, который способствует формированию представления о русской ложке. Брошюра сопровождается картинками, играми и поделками, изготовленными руками детей.

Автор-составитель: А.Н. Федько, воспитатель

МАДОУ «Детский сад № 7»

МАДОУ «Детский сад №7»

683023, г. Петропавловск – Камчатский, ул. Карбышева, 2/1

Формат А5. Тираж____экз.