



Журнал для детей и родителей

Детский сад № 179

№ 4 ноябрь 2015

Наш любимый

Тема выпуска:
детский сад

*“Калейдоскоп осенних
красок”*

Вот как интересно мы живем

Наш любимый

детский сад



**Участие педагогов детского сада во
Всероссийском дне бега «Кросс-нации-2015»**



**Участие семей воспитанников в Городском
фестивале «Семейные ценности»**



**Экскурсионная поездка в Ростов Великий
к Дню дошкольного работника
Участие в мастер-классе**



**Участие семьи Кошляковых в номинации
«В объективе семья»**



Уважаемые коллеги! Дорогие читатели!

Осень... Это время возвращения из отпусков и начала учебного года в школах и детских садах. Время сбора урожая, время золотистого листопада и тихих дождей. Осень прекрасна, если мы полны сил и энергии. Оптимистичный старт к учебному году задает сентябрь, благодаря гармоничному аспекту поставленных задач на новый 2015-2016 учебный год. Погружаясь в трудовые будни, педагоги нашего детского сада расширяют диапазон творческих возможностей по различным направлениям – и в работе с семьями воспитанников, и в демонстрации новых методических идей на различных уровнях. Главными воспитателями своих детей, конечно, являются родители, поэтому основные усилия коллектива детского сада должны быть направлены на повышение уровня их педагогической культуры, Авторский коллектив по-прежнему придерживается тактики создания тематических номеров с одной стороны, а с другой стороны, в материалах каждого номера мы делаем акцент на определенную возрастную категорию детей.

В этот номер журнала вошли материалы, которые освещают особенности развития, воспитания и обучения детей 4-5 лет, максимально интересно и полезно раскрывают различные аспекты в воспитании и обучении детей.

Итак, приятного и полезного вам чтения!

С пожеланиями здоровья, счастья и хорошего настроения

редактор Бородина Н.А.

В этом номере

* От редакциистр.1

Наши поздравления

* Поздравления с днем рождениястр.3

* Поздравления с праздниками стр.4

* Педагогическое кредо сотрудников.....стр. 6

Педагогическое ассорти

* Мастерим из шишек, листьев вместе с детьми..... стр.11

* Организация досуга детей 4-5 лет в выходные дни..... стр.14

Наше счастливое детство

* Занимательные фотонОВОСТИстр.18

Советы специалиста

* Уроки общения. Пальчиковые куклы «Топотушки».....стр.25

Секреты здоровья

* Шведская стенка дома: польза для ребенка..... стр.27

Анонс

Наши поздравления

**Поздравляем с днем рождения!
(сентябрь, октябрь, ноябрь)**



**Ольга Анатольевна
Майорова
26 ноября**

**Пусть минуты все будут
счастливыми,
Нежных слов и улыбок
полны,
Жизнь эмоции дарит
красивые,
И пленит аромат новизны!
Комплиментов, цветов,
восхищения,**



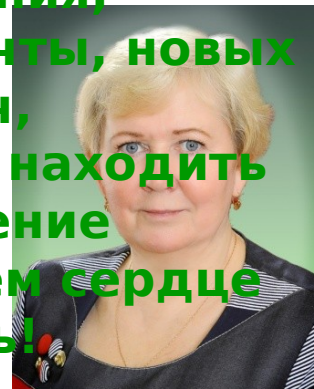
**Галина Федоровна
Полянцева
10 октября**



**Светлана Анатольевна
Красавцева
12 ноября**



**Мария Юрьевна
Федорова
4 ноября**



**Валентина Сергеевна
Пугачева
6 ноября**

**мечты, новых
греч,
дне находить
новение
своем сердце
речи!**



**Анастасия Евгеньевна
Малькова
8 сентября**

Поздравляем с днем рождения наших воспитанников!

Весы 23.09-23.10

Евсеев Даниил
24.09.11

Лапшин Дима
05.10.10

Шумакова Настя
22.10.13

Парутенко Даша
10.10.08

Дева 23.08-22.09

Подковенко-
Волковинский Федор
10.09.10

Аллахвердиев Илья
05.09.09

Зыков Кирилл
06.09.12

Гончарова Мирослава
05.09.12

Скорпион 24.10-22.11

Майоров Арсений
28.10.12

Жихарев Иван
23.11.10

Шмаков Рома
05.11.10

Бычков Саша
17.11.09

Пихтов Саша
05.11.01

Веселова Ника
15.11.09

Петров Денис
Петрова Таисия
18.11.13

Тумакова Анна
11.11.12



Наши поздравления



Педагогическое кредо сотрудников



Ключкова
Людмила Викторовна
заведующая

Педагог подобен дроби: в числителе то, что он есть на самом деле, а в знаменателе – то, что он о себе мнит. Чем больше знаменатель, тем меньше дробь.

заведующий

Ключкова Людмила Викторовна



Скотникова
Зоя Анатольевна
музыкальный руководитель

Дети, как музыкальные инструменты, их звучание зависит от того, кто к ним прикасается

**музыкальный руководитель
Скотникова Зоя Анатольевна**

Мечты сбываются, просто нужно заменить слово «Мечта» на «Цель», «Желание» на «Задача», «Стремление» на «Действие»

**старший воспитатель
Майорова Ольга Анатольевна**



Голованова
Галина Алексеевна
инструктор по физической культуре

Для соразмерности красоты и здоровья требуется не только образование в области наук и искусства, но и занятия всю жизнь физическими упражнениями. Кто превосходно соединяет гимнастику с музыкой, того мы, по всей справедливости, можем назвать человеком вполне гармоничным

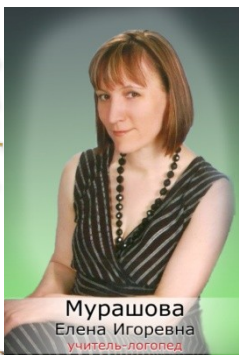
**инструктор по физической культуре
Голованова Галина Алексеевна**



Куваета
Татьяна Александровна
учитель-логопед

Учусь видеть в каждом ребенке то, что выгодно отличает его от других, ту «изюминку», которая делает его уникальным и неповторимым
учитель-логопед Куваета Татьяна Александровна

Очаровать, заинтриговать. организовать – три глагола, определяющие успех педагога. Другими словами: личность педагога, методика преподавания и технология – вот где коренится успешность и зреет его величество результат
учитель-логопед Бородина Наталия Александровна



Мурашова
Елена Игоревна
учитель-логопед

Речь не только средство развития себя, но и средство развития других. Нет предела совершенствования

**учитель-логопед
Мурашова Елена Игоревна**

Пусть каждый день и каждый час мне новое добудет. Пусть будет добрым ум, а сердце умным будет

**учитель-логопед
Сорокина Елена Владимировна**



Сорокина
Елена Владимировна
учитель-логопед



Мильто
Ирина Алексеевна
воспитатель

Научить ребенка – это создать ему условия для полного овладения своими собственными способностями
воспитатель Мильто Ирина Алексеевна

Росток, доверенный нам мамой, - лилеем, любим и растим
воспитатель Селиверстова Ирина Викторовна



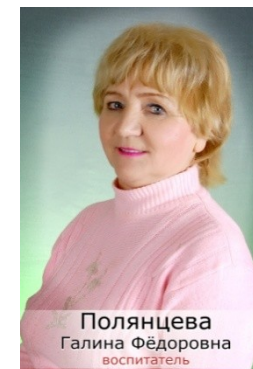
Селиверстова
Ирина Викторовна
воспитатель

Идти вперед – значит потерять душевный покой, остаться на месте – значит потерять себя
Педагог-психолог Маркова Светлана Петровна

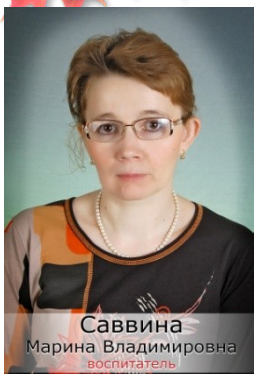


Лучший способ сделать детей хорошими – сделать их счастливыми

воспитатель Полянцева Галина Федоровна



Полянцева
Галина Федоровна
воспитатель



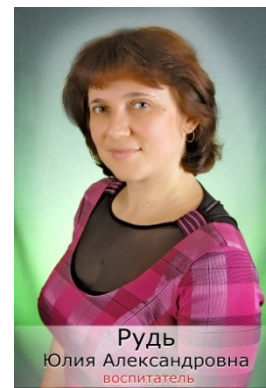
Саввина
Марина Владимировна
воспитатель

*Ты маленький ребенок. Я большой, такая вот,
представьте, педагогика. Тебе со мной, а мне с тобой
легко и хорошо, у педагогике моей совсем простая
логика*

воспитатель Саввина Марина Владимировна

Творить, пробовать, искать и развиваться.

воспитатель Рудь Юлия Александровна



Рудь
Юлия Александровна
воспитатель



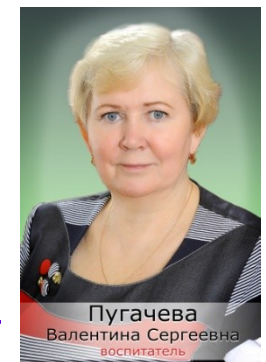
Сокоушина
Екатерина Владимировна
воспитатель

*Пришла в детский сад – улыбнись на пороге, все, что ты отдаешь,
получаешь обратно в итоге*

воспитатель Сокоушина Екатерина Владимировна

*Учить тонко и профессионально, относиться к воспитаннику, как к своему
ребенку – требовательно, но с добром*

воспитатель Пугачева Валентина Сергеевна



Пугачева
Валентина Сергеевна
воспитатель



Жить, чтобы радоваться и радовать других
воспитатель **Носавина Нина Анатольевна**



*Любить всех – беречь каждого. Мир искусства дарит
мысли, дарит чувства*
воспитатель **Каширина Татьяна Вячеславовна**

Любить, понимать, верить и помогать...

Учитель-логопед **Федорова Мария Юрьевна**



*Дети появляются на свет с мозгом, готовым воспринимать и учиться. Но
без нашей помощи, им это не под силу.*

воспитатель **Зюзина Лариса Борисовна**



Вначале любить, а потом уж воспитывать и учить
воспитатель **Малькова Анастасия Евгеньевна**



Мильто И.А.
воспитатель

Мастерим из шишек, листьев и пластилина вместе с детьми.

Любой ребенок с детства должен развиваться физически и духовно. Важную роль в процессе развития играют различные занятия, творчество, рисование и лепка. Все эти виды можно объединить в один, если создавать совместно с ребенком различные поделки. Имея свободное время и развитую фантазию, можно любой обыденный процесс превратить в увлекательное действо. Например, выходя с ребенком на прогулку, можно не просто гулять, а заняться поиском подходящих материалов, из которых будет создаваться будущий шедевр. Всевозможные камешки, стекляшки – все пойдет в дело.

Поделки из природных материалов

Ну а если вы отправились с ребенком в лес, тогда пространство для поиска значительно расширится. Природные материалы для поделок можно найти в любом лесу. Листочки, травинки, шишки, веточки, цветочки, камушки, ягоды и многое другое имеют большие преимущества перед материалами искусственными.

Собирая вместе материалы для поделок, ребенок прикладывает определенные усилия, набирается опыта, и впоследствии, такие поделки будут для него особенно ценны.

Многих взрослых и детей привлекает процесс собирания грибов в лесу. Ярким событием для любого ребенка может стать собирание шишек! «А для чего они?» - спросите вы. Ответ простой: из шишек можно смастерить множество интересных и красивых поделок. Такой простой материал, как шишки, оказывает неоценимую помощь в развитии у ребенка фантазии, мелкой моторики и воображения.



Педагогическое ассорти



Поделки из шишек и пластилина

Такие поделки могут мастерить даже маленькие детки. Для них очень важно принимать участие в процессе вместе с родителями.

Из большой шишки делается туловище, из шишки поменьше – голова. Все мелкие детали, такие как лапки или хвостик, можно сделать из пластилина, дорисовать фломастером, или, например, воткнуть веточки или листочки. Маленький ребенок вполне сможет это сделать сам.

Ежик из шишки и сосновых иголок

Берем крупную шишку, под ее чешуйки, с помощью зубочистки, на пластилин клеим пучки сосновых иголок. Если вы создаете дикобраза, можно оставить как есть, если вы все-таки хотите ежика, иголки нужно немного подстричь. Для оформления можно нанизать на «иголочки» ягодки рябины или грибочки.



Медведь из шишек

Еще одна интересная осенняя поделка – это медвежонок из шишек. Поделка совсем простая, но вместе с тем интересная. Понадобятся шишки разных размеров: Большая, поменьше, и четыре маленьких. К ним нужны будут прочные нитки и пеньковый шпагат.



Поделки из листьев

Листья - не менее благодатный материал, чем шишки. Можно собрать букет из разноцветных листьев, сделать панно или аппликацию.

Педагогическое ассорти

Листики на соленом тесте



Отпечатки листьев на соленом тесте – красиво и просто, под силу даже малышу.

Самые четкие отпечатки оставляют сухие листья. Чтобы листок хорошо отпечтался, можно постучать по нему чем-нибудь деревянным, например, ложкой.

Картины из листьев

Создавать оригинальные и необычные картины из цветов и листьев, достаточно просто. Такие картины делаются в любое время года.

Дерево из фисташек

Для нее понадобятся:

скорлупа фисташек

две деревянные палочки, примерно одинаковые по толщине пластилин

Ход работы:

Из пластилина нужно скатать от трех до пяти шариков, разных по размеру. Это будут сердцевинки цветков на будущем дереве.

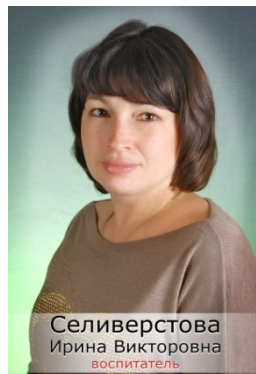
Вставляйте в них по кругу фисташковые листочки. Так нужно делать до тех пор, пока пластилин полностью не скроется под скорлупой.

Когда все цветочки будут готовы, их необходимо нанизать на веточку.

Слепите прямоугольник из пластилина. По его высоте нужно нарезать одинаковые палочки, и расположить их вокруг, вдавив в пластилин.

Это будет горшок для будущего дерева.





Селиверстова И.В.
воспитатель

Организация досуга дошкольников в выходные дни

Досуг – это не обязательно отдых; он может представлять собой активную деятельность. Раз досуг – деятельность, то это означает, что он не пустое времяпровождение. Это деятельность, осуществляемая по интересам и целям, которые ставит перед собой человек.

Чтобы в вашей семье досуг был интересным, полезным и запоминающимся, предлагаю несколько советов.

В выходные дни увеличьте продолжительность прогулок. Гуляйте с детьми и проводите прогулки с пользой. Прогулки в парк, на озеро, в лес будут способствовать физическому оздоровлению, насыщению новыми впечатлениями. Пешие прогулки – отличный способ понаблюдать за птицами, животными, насекомыми, деревьями, цветами, а в зимнее время – попробовать найти самый высокий сугроб или самую длинную сосульку, покормить птичек. Осенью можно собрать опавшие листья, объяснить ребенку, почему деревья сбрасывают свой наряд. Весной интересно понаблюдать за журчащими ручейками, набухшими почками, первыми цветами мать-и-мачехи. Можно поиграть в подвижные игры, поискать грибы, цветы, листья, шишки, камешки и др. Зимой хорошо прокатиться на лыжах, на коньках. Да и вообще покататься с горки на санках – эта забава придется по душе даже родителям. Летом можно прокатиться на велосипеде, освоить роликовые коньки.



Педагогическое ассорти



Возраст начиная с 4 лет – период активного и очень интенсивного развития детского организма. Ребенок растет «не по дням, а по часам». Он осваивает сложные движения – лепит, вырезает, манипулирует мелкими предметами.

В этом возрасте полезны задания на умение дифференцировать и различать буквы, такие как «Сложи букву из частей». Для этого возьмите разрезную азбуку и каждый квадратик разрежьте на 4 части. Начинать следует со складывания одной буквы, затем можно «перепутать» части разных букв, затем можно дать части букв, из которых складываются простые слова – КОТ, ДОМ и т. д.

Игра-занятие 1. «Что изменилось?»

Поставьте пять игрушек на стол. Например, мишку посадите на игрушечную машину, зайку – в кабину машины, куклу и лису – около машины, лягушку — под машину.

Предложите ребенку запомнить, кто где находится. Затем попросите малыша отвернуться и закрыть глаза (можно завязать повязку на глаза). Поменяйте две игрушки местами. Развяжите глаза и предложите малышу догадаться, что изменилось. «Мишка сидел на машине, а теперь сидит под машиной». А лягушка сидела под машиной, а теперь запрыгнула на машину». Похвалите ребенка: «Как ты быстро догадался! Ну раз догадался – теперь твоя очередь мне загадку загадывать.

Теперь уже Вы закрываете глаза, ребенок меняет игрушки местами. А Вы отгадываете, что изменилось.

Если малышу трудно назвать, что изменилось, немного подскажите ему: » Вспомни, где сидел мишка? А где он теперь!

Игру можно повторять несколько раз с разными игрушками и предметами.



Педагогическое ассорти

Игра-занятие 2. «Складывание пазлов».

Это наверняка самое любимое занятие для детей 4 лет. К тому же оно и полезное, при помощи него тренируется память, развивается моторика и речь, напористость и любознательность.

Игра 3. «Какой? Какая? ».

Вы называете какой-нибудь предмет, а ребенок старается дать ему как можно больше определений, описывающих свойства предмета.

- Какие у нас на стенке висят часы?
- Большие.
- А еще какие?
- Красные сбоку.
- А циферблат какой?
- Белый, а на нем стрелки.
- А еще какие у нас есть часы?
- Маленькие, круглые.



Чем больше определений, тем лучше. Если ребенок затрудняется с ответом, вам надо ему помочь, давая ответы по очереди. Такие вопросы можно задавать о чем угодно.

Игра 4. «Сравнения».

- Этот листик зеленый, как...
- Лягушка!
- А еще?
- Как огурец.
- А еще?
- Как травка, как кузнечик!



Придумывайте, на что похожи облака, разлитый чай или молоко или просто клякса на рисунке малыша. Очень скоро вы заметите, что сравнения бывают на редкость точными и меткими, что вас удивит. Иной раз это будет просто фантазия. Неважно, это все равно проявление творчества.

Педагогическое ассорти

Игра 5. «Поговорим наоборот».

Вы говорите: «Высокий», а ребенок отвечает: «Низкий», толстый — худой, маленький — большой, горячо — холодно, чистый — грязный, красивый — безобразный, веселый — грустный и т. д.

Игра 6. «Съедобное — несъедобное».

На съедобное ребенок хлопает в ладоши.

Булка — шкатулка; варенье — печенье; гайка — майка; сыр — рыбий жир; мед — самолет;

ватрушка — погремушка; вагоны — макароны; шоколад — мармелад; суп — зуб; паруса — колбаса.

Вы можете усложнять задание, называя три съедобных и одно несъедобное или наоборот.



Самое главное чем бы вы не занимались с ребенком, главное для него это ваше внимание. Не принуждайте его к каким-то занятиям, если ребенку что-то не нравится, он капризничает, отложите это дело и просто поиграйте с ним в те игры, которые ему больше всего по душе.

В заключении хотелось бы сказать: чаще общайтесь с вашими детьми. Чтобы в понедельник утром на вопрос: «Как ты провел выходные?» ребенок с радостью рассказывал о том, как он помогал по дому, что нового узнал от мамы и папы и чтобы его глаза светились от воспоминаний о выходных днях. Успехов вам!

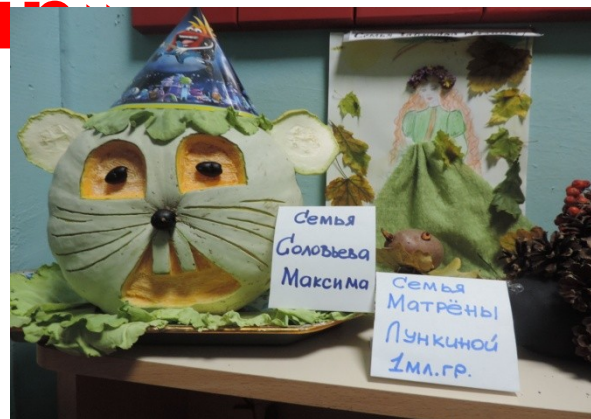
Творческий конкурс «Я



Развлечение «Школа ДО»



Конкурс «Осенний»



День работников

НОГО ОБРАЗОВАНИЯ



Занимательные фотоновости



День Матери



Наше счастливое детство

В гостях у Бабушки



Занимательные фотонОВОСТИ

Городской фестиваль-конкурс

«Семейные фотонОВОСТИ»



Работа семьи Шабалкиных
номинация «Семья начинается с Родины»



Работа семьи Шумаковых



Работа семьи Крыжановских
Номинация «Семейные фотонОВОСТИ»



Работа семьи Подковенко-Волковинских



Работа семьи Ивановых
номинация «В объективе семья»



Работа семьи Ивановых

Уроки общения. Пальчиковые куклы



Бородина Н.А.
учитель-логопед

Пальчиковые игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Такие упражнения стимулируют развитие речи, пространственного мышления, воспитывают быстроту реакции. Пальчиковые игры в этом процессе неocenимы. Ученые установили, если развитие пальцев соответствует возрасту, то и речевое находится в пределах нормы. Если же развития движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие, так как формирование речевых областей совершается под влиянием кинетических импульсов от рук, а точки от пальцев.

Предлагаем Вам вместе и интересно провести время с использованием пальчиковых кукол «Топотушек». Такой бумажный кукольный театр мастерить увлекательно (и недорого!) и играть с ними забавно. Можно использовать диалогические речевые игры, увлекательно заучивать новые стихотворения, инсценировать небольшие фрагменты художественных произведений.



Советы специалиста



Пальчиковые куклы можно сделать из плотной бумаги, лучше из картона. В изготовлении просты, снимать-одевать куклы на пальцы легко, управление такими пальчиковыми куклами понятно и удобно даже детям. Еще и интересно, ведь если пальцы продеть в дырочки побольше, то у куклы появятся ножки - получится настольная шагающая кукла.

Для разгона творческой мысли предлагается несколько шаблонов-контуров и варианты их раскраски. Украсить бумажно-картонных пальчиковых кукол и тем самым придать им немного объема можно бисером или тесьмой, нитками и мехом.

Подберите потешки, стихи и под весёлую музыку топайте ножками по дорожке, мостику, массажному коврику.

Уникальность театра кукол топотушек состоит еще в том, что это авторские куклы, творения ручной работы. Все эти куклы, сделанные с душой, они несут в себе творческую энергию, которая способна передаваться тому, кто держит их в руках, нашим детям



Шведская стенка дома: польза для ребенка



Голованова Г.А.
Инструктор по
Физической культуре

Об удивительной пользе физических упражнений на сегодняшний день сказано немало. То, что регулярные занятия спортом – это кратчайший путь к обретению крепкого здоровья - известно каждому человеку. Делать утреннюю гимнастику и вести активный образ жизни нас приучают с самого детства. Родители, воспитатели в одногласие призывают ребятшек делать приседания, наклоны и подскоки, заниматься бегом и спортивной ходьбой. Но все же, несмотря на такую активную пропаганду, современные дети не спешат приступить к снарядам и выполнять гимнастические упражнения. Большинство из них предпочитают размеренный отдых перед экраном компьютера или у телевизора. В результате этого, снижаются не только оценки по физкультуре, но и иммунитет детей, ухудшается их физическое и психологическое здоровье, и ребятки растут хилыми и болезненными.

По этому поводу многие современные родители бьют тревогу, стараясь всеми возможными способами приучить своих детей к занятиям спортом. Они покупают дорогостоящие тренажеры, приучают детей к йоге и даже нанимают для них личных тренеров по фитнесу. Но в действительности, для того, чтобы привить малышу любовь к гимнастике, совсем не нужно вдаваться в такие сложные и часто, финансово убыточные, ухищрения. Все проблемы поможет решить обычная **шведская стенка**. Этот старый добрый универсальный тренажер сделал здоровым и крепким не одно поколение малышей.

Секрет такого долголетнего «успеха» шведских стенок удивительно прост. Все дело в том, что занятия на них интересны для детей. Малыши с удовольствием занимаются на таком гимнастическом снаряде. Они воспринимают поднимание по лестнице и раскачивание на кольцах не как обязанность, а как развлечение.

Секреты здоровья



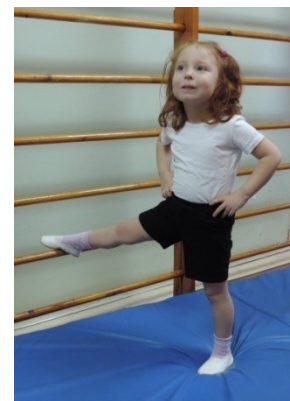
При помощи шведской стенки можно создать настоящий домашний спортзал. Занятие на ней не только приобщат малыша к спорту, но и лучшим образом отразятся на развитии мышц и опорно-двигательного аппарата ребенка, улучшат координацию движений, укрепят вестибулярный аппарат и повысят иммунитет.

Шведская стенка – это универсальный снаряд, без которого невозможно представить полноценное и правильное физическое развитие ребенка.

Желательно, чтобы родители контролировали занятия на комплексе, страхуя ребенка и дозируя его нагрузку. Начинать нужно с двух повторений упражнения, затем довести их число до четырех, потом можно делать восемь упражнений в два приема по четыре с небольшим отдыхом.

Полезьа шведской стенки для детей

- формирование правильной осанки, профилактика сколиоза;
- профилактика плоскостопия;
- развитие координации движений (разные способы выполнения: одноименные и перекрестные);
- тренируются мышцы рук и ног;
- тренируется вестибулярный аппарат;
- развитие ловкости;
- укрепление центральной нервной системы;
- развитие гибкости позвоночника.



Упражнения на шведской стенке

1. Поднимаясь по лестнице, ребенок развивает почти все группы мышц и координацию движения, а также, что немаловажно, получает массу позитивных эмоций.

2. Основным упражнением, которое выполняют на шведских стенках, является подтягивание. Для выполнения этого упражнения необходимо добавить к шведской стенке перекладину или гимнастические кольца. Подтягивание развивает практически все мышцы спины. Подтягивания на турнике помогут ребенку сформировать правильную осанку и развить пропорциональное, подтянутое тело.



2. Интересными для ребенка являются висы на турнике. Малыши могут спокойно повисеть на кольцах или на перекладине лестницы (при этом укрепляются мышцы ладоней, рук, плеч, груди, спины и пресса). С течением времени висеть можно дольше, а потом переходить на усложненный вис – на одной руке или вис на двух руках с подъемом ног. Повороты корпуса вправо и влево во время виса на турнике отлично развивают мышцы рук и спины.

Использование гимнастического мата во время занятия возле шведской стенки гарантирует то, что никакие падения не сломят боевой дух юного спортсмена. Более того, занимаясь дома, ребенок научится рассчитывать свои силы и контролировать свои действия – для того чтобы успешно заниматься уже на открытом воздухе.

Анонс

Тема номера: **Приходи зима к нам в гости.**

Уважаемые коллеги и родители! Присылайте пожалуйста свои материалы и новые идеи по данной тематике, предлагайте интересные темы для обсуждения в нашем журнале.

Редакционная коллегия журнала приглашает Вас принять активное участие в конкурсе:

Зима, Зимушка-зима...

**Номинация
Постройки из снега**

**Наш любимый
детский сад 2015/№ 4**

**информационно-практический
журнал для родителей д/с № 179**

Выходит 4 раза в год
Учредитель и издатель:
МДОУ д/с № 179, заведующая Клочкова Л.В.
Главный редактор: Бородина Н.А.
Дизайн, верстка: Федорова М.Ю.

Номер подписан в печать ноябрь 2015г..
Материалы публикуются в авторской редакции
Тираж: 35 экземпляров.
Адрес редакции: 150046, г. Ярославль, ул.Титова, д.14, к.4
Тел./факс.: (4852) 31-11-25
E-mail: yardou179@ yandex.ru