

## Вот как интересно мы живем

## Наш любимый

## детский сад













## детский сад



## Дорогие читатели, уважаемые коллеги!

```
!"#
                                                  %
                                                         $
                                                            & &
                        %
                                                                  &
                                                         +(
                               %
                                                                       &
                                 $(
                            . 0
                                                              &
                                                         &
                                  $
                 %
                                                         &
                                                                  . 1 &
%
                                       ! "4
                                                                &
$
                                    . 2
           &
                                                                     %
                                                                            3
```

&

%

В этом номере
* От редактораcmp. 3
Педагогическое ассорти
* Театрализованные игры, как средство эмоционального развития
ребенкастр. 5
* Развитие речевого дыхания у детей cmp. 7
Занимательные фотоновости
* Вот как интересно мы живем cmp. 10
Советы специалистов
* Игры на развитие познавательной сферы детей 4-5 летстр. 15
Педагогическое ассорти
*Прогулки с детьми осеньюcmp. 23
* Литературное воспитание детей в семьестр. 25
*Роль конструирования в развитии детей дошкольного возрастастр. 29
Анонс

## Педагогическое ассорти



Белкова Е.С. воспитатель

## «Театрализованные игры, как средство эмоциональноличностного развития детей»

Педагог МДОУ в своей работе должен использовать разнообразные методики и средства, призванные максимально раскрыть творческие эстетические способности ребенка, развить коммуникабельность. Одним из средств достижения этих целей является организация теневого театра.

#### Что такое теневой театр?

Теневой театр известен с глубокой древности. Впервые об этом удивительном жанре упоминается в исторических источниках Китая.

На освещенный экран плотно прикладываются фигуры и, таким образом, создается иллюзия двигающихся теней. Фигуры по традиции изготовляются из бумаги или картона, раньше также использовалась тонкая кожа. Сегодня теневой театр в виде инсценировок сказок и стихотворений, повестей и рассказов служит прекрасным средством развития творческих способностей воспитанников МДОУ. Практически в любом детском саду можно создать такой театр. Оборудование для него в изготовлении и управлении чрезвычайно просто.

#### Необходимы следующие компоненты:

1. Экран любого размера;



2. Источник света (им может служить обычная настольная лампа); 3. Непосредственно фигуры, вырезанные из плотного картона и закрепленные на деревянные палочки (или шпатели, если театр миниатюрный). Фигуры изготавливаются из картона, проволоки, ниток и

планок из дерева.



#### Польза теневого театра для детей.

Особенности мировосприятия малышей делает для них театрализацию различных произведений запоминающейся, образной и яркой. Театр оказывает мощное позитивное воздействие на маленьких зрителей, благодаря целому спектру различных средств. Художественные образы, оригинальное оформление, текстовое и музыкальное сопровождение – все эти компоненты развивают способности и эстетические чувства детей. Необходимо построить спектакль так, чтобы зрители выступали и в качестве участников, вступали в живые диалоги,



впечатлениями с родителями и т.п. Так развиваются коммуникативные навыки, умение поддерживать беседу в форме диалога, рассказывать о своих впечатлениях.

Играть со своей тенью – занятие чрезвычайно интересное и увлекательное. Дети открывают для себя новые грани, возможность фантазировать и видеть это наяву. Это развивает внимательность, способность подмечать мелкие детали и в обычной жизни ребенка. Для детей представление теневого театра – праздничное событие, полное эмоций и впечатлений. Театрализованная игра является эффективным средством социализации дошкольника в процессе осмысления им нравственного подтекста литературного или фольклорного произведения. В театрализованной игре осуществляется эмоциональное развитие: дети знакомятся с чувствами, настроениями героев, осваивают способы их внешнего выражения, осознают причины того или иного настроя. Театрализованная игра является средством самовыражения и самореализации ребенка. Участвуя в театрализованной деятельности, дети знакомятся с социальным миром во всём его многообразии через образы, краски, звуки, а, умело поставленные вопросы, побуждают их думать, анализировать, делать выводы и обобщения. В процессе работы над выразительностью реплик персонажей, собственных высказываний незаметно активизируется словарь ребёнка, совершенствуется звуковая культура речи. Театрализованная деятельность позволяет решать многие проблемные ситуации от лица какого-либо персонажа.

Таким образом, теневой театр является не только средством реализации ребенка как личности в социуме, но и методом преодоления страхов и развития творческих, эстетических способностей ребенка, активизацией речевого словаря воспитанника.

#### Педагогическое ассорти

### Развитие речевого дыхания у детей

<u>Речевое дыхание</u> — основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Оно обеспечивает нормальное голосообразование, правильное усвоение звуков, способно изменять силу их звучания, помогает верно соблю дать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, использовать речевую мелодику.

Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо, прежде всего, развивать бесшумный, спокойный вдох без поднятия плеч, а так же сформировать сильный плавный ротовой выдох. Длительность выдоха должна соответствовать возрасту ребенка: двух – трехлетнему малышу выдох обеспечивает произнесение фразы в 2 – 3 слова, ребенку среднего и старшего дошкольного возраста – фразы из 3 – 5 слов. Постепенно дети приучаются к более сильному выдоху.

Работа по формированию правильного физиологического и речевого дыхания у детей с речевой патологией предполагает решение следующих задач:

- улучшить функцию физиологичекого (носового) дыхания;
- вырабатывать более глубокий вдох и более длительный выдох;
- развивать фонационный (озвученный) выдох;
- тренировать речевое дыхание в процессе произнесения текста.

Ребенок, освоивший правильное дыхание, нуждается в постоянном контроле и наблюдении за правильностью его дыхания. Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного физиологического и речевого дыхания.

#### Применяются следующие виды этой работы:

- дыхательные пятиминутки перед завтраком, после дневного сна;
- звукодыхательные игры, как фрагмент логопедического занятия 5 минут;
- звукодвигательные игры, дыхательные игры как фрагмент занятия по физкультуре и на прогулке 5 минут;
- звукоречевые игры как фрагмент логопедического занятия 5 минут;
- голосовые упражнения и исполнение песен на музыкальных занятиях;
- психологические тренинги.

## При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать следующие требования:

- температура воздуха должна быть на уровне 18-20 С;
- не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении;
- одежда не должна стеснять движений;
- грудная клетка должны быть хорошо расправлена, не стеснена;
- не заниматься сразу после приема пищи;
- не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии;
- не допускать проявлений гипервентиляции лёгких. Упражнения могут выполняться в исходном положении лежа, сидя, стоя, а также в сочетании с движениями и речью.

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений. Ребенок, занимаясь дыхательной гимнастикой, попадет в особый микромир сказок, песен, игр. В современной педагогике и психологии сказка рассматривается, как многообразный по своим возможностям источник развития ребенка. Особое внимание обращается на тесную связь сказки с игрой. Через сказочные сюжеты и мотивы, ребенок легче включается в предлагаемый вид деятельности.

Пояснения, относительно смысла упражнений, приемов их выполнения или правил игры лучше воспринимаются и запоминаются детьми, если предъявляются в форме стихотворений, коротких рифмовок. Стихи хорошо запоминаются и эмоционально воспринимаются детьми. В самом стихотворении может содержаться какой-либо сказочный сюжет, призывающий к игре.

Вспомогательным средством, необходимым для создания позитивного эмоционального настроя, атмосферы творчества и фантазии является музыка. Пение - форма дыхательной гимнастики, которая развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь.

#### Примеры игр на развитие речевого дыхания:

#### "Бегемотики"

Цель. Улучшить функцию внешнего дыхания.

Ребенок, находящийся в положении сидя, кладет ладонь на область диафрагмы. Взрослый дает инструкцию: "Сядь, положи ладонь на живот и почувствуй, как он поднимается, когда ты вдыхаешь, и опускается, когда ты выдыхаешь" и сопровождает действия ребенка рифмовкой:

Сели бегемотики, потрогали животики, То животик поднимается, то животик опускается.

#### «Перышко, лети!»

Цель: развитие сильного плавного направленного выдоха

Оборудование: птичье перышко.

Ход игры: Подбросьте перышко вверх и дуйте на него, не давая упасть вниз. Затем предложите подуть ребенку Обратите его внимание на то, что дуть нужно сильно, направляя струю воздуха на перышко снизу вверх.

#### «Листопад»

Цель: обучение плавному свободному выдоху; активизация губных мышц.

Оборудование: вырезанные из тонкой двухсторонней цветной бумаги желтые, красные, оранжевые листочки

Ход игры: Выкладываем на столе листочки. - Представьте, что сейчас осень. Красные, желтые, оранжевые листья падают с деревьев. Подул ветер - разбросал все листья по земле! Давайте сделаем ветер - подуем на листья!



#### «Кораблики»

Наполните таз водой и научите ребёнка дуть на лёгкие предметы, находящиеся в тазу, например, кораблики. Вы можете устроить соревнование: чей кораблик дальше уплыл. Очень хорошо для этих целей использовать пластмассовые яйца от «киндер-сюрпризов» или упаковки от бахил, выдаваемых автоматами.



#### «Футбол»

Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пингпонга или кусочек ваты. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру: «Кто быстрее».

Шадрина Е.Ю. Воспитатель







День Знаний













## День дошкольного работника













## Родительские собрания







День пожилого человека







Детские праздники







посвящённые Дню Матери







## Детские праздники







посвящённые Дню Матери

## Советы специалистов

Смирнова Е.П. Учитель-дефектолог

### Игры, направленные на развитие познавательной сферы детей 4-5 лет

Дошкольное детство - самый ответственный период психического развития детей, в котором закладываются основы всех психических свойств и качеств личности ребенка.

Самым главным и основным видом деятельности детей является игра.

Использование игровых заданий, упражнений **благоприятно влияют на организм детей**. Развивают восприятие, память, внимание, речь и мышление, воображение и фантазию, создают положительный эмоциональный настрой и снимают утомляемость у ребёнка.

Предлагаем вашему вниманию ряд игр, в которые вы можете поиграть с ребенком по дороге из детского сада и дома.

#### «Ласковые лапки»

#### Цель:

Снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия

#### Ход игры:

Взрослый подбирает 5-6 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть. Взрослый объясняет, что по руке будет ходить "зверек" и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой "зверек" прикасался к руке — отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: "зверек" будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.





#### «Рисование на спине»

#### Цель:

Развитие умения концентрироваться на тактильном контакте, распознавать свои ощущения, закрепление знаний о геометрических фигурах.

#### Ход игры:

Дети встают спиной ко взрослому. Взрослый рисует пальцем на спине ребенка любую геометрическую фигуру (круг, квадрат, овал, треугольник). Ребенок называет, какая фигура нарисована. Затем можно поменяться местами.

Вариант. «Рисование на ладошках», ребенок с закрытыми глазами угадывает, что ему нарисовали.

#### «Что изменилось?»

#### Цель:

Развитие внимания, зрительной памяти и наблюдательности.

#### Ход игры:

Перед ребенком выкладывается 5 предметов. Ребенку предлагается назвать все предметы и постараться запомнить, какой предмет где находится. Затем ребенок закрывает глаза, взрослый переставляет один предмет. Ребенок должен сказать, что изменилось. Задание можно усложнить, поменяв местами 2 и более предметов, или перемешать все предметы и попросить ребенка положить их так, как они были.





#### «Чего не стало?»

#### Цель:

Развитие внимания, зрительной памяти.

#### Ход игры:

Перед ребенком выкладывается 5-8 предметов, игрушек. Ребенку предлагается назвать все предметы и постараться их запомнить. Затем ребенок закрывает глаза, взрослый убирает один предмет. Ребенок должен сказать, какого предмета не стало.

#### «Съедобное - несъедобное»

#### Цель:

Развитие свойств внимания, образно-логического мышления.

#### Ход игры:

Взрослый произносит разные слова. Ребенок должны хлопать только на «съедобные» слова (например, мороженое, картошка)

Вариант. «Овощ – не овощ», «Летает – не летает», «Мебель – не мебель», «Живое – не живое» и т.п. Игру можно проводить с мячом, тогда ребенок должен поймать мяч или не ловить его. «Путаница»





#### Цель:

Развитие воображения, речи, эмоциональная разрядка.

#### Ход игры:

Взрослый говорит предложения вида: «Кошка мяукает», «Ворона мычит», «Дерево чирикает» и другие. Ребенок должен услышать и сказать, что неправильно.

#### «Закончи предложение»

#### Цель:

Развитие словесно-логического мышления.

#### Ход игры:

Взрослый говорит начало предложения. Ребенок должен закончить это предложение.

Конфета сладкая, а лимон... Днем светло, а ночью... Солнце желтое, а небо... Летом жарко, а зимой... Самолет летит, а машина... Днем мы обедаем, а вечером... Кузнечик прыгает, а птица... Ты смотришь глазами, а слышишь... Лиса живет в норе, а птица в... Помидор красный, а огурец... Повар готовит, а врач... У человека две ноги, а у собаки... Дрова пилят, а гвозди...









Мастер класс







"Куклотерапия как средство профилактики поведенческих расстройств у детей дошкольного возраста с OB3"



Занимательные фотоновости



Открытые уроки в 1 классах СОШ №31









Осенние праздники









## Конкурс: Осенний калейдоскоп













## Конкурс: Осенний калейдоскоп













Методическое объединение учителей логопедов







Экскурсия в библиотеку

### Педагогическое ассорти



Моденова Н.Ю. воспитатель

### Прогулка с детьми осенью

Прогулка на улице имеет особое значение для ребенка.

На улице много незнакомого, интересного и познавательного - деревья, падающие с шелестом желтые листья, другие люди, другие дети, машины, животные; все выглядит и звучит необычно, по-новому.

Осенью на прогулке можно закрепить с детьми приметы осени, развивать умение наблюдать осенние признаки и явления природы, уметь различать деревья по листьям, видеть красоту осенней природы, развивать внимание, память, мышление, восприятие, воспитывать любовь к растительному и животному миру, умение любоваться красотой окружающей природы.

Все, что видит ребенок, он лучше воспринимает в действии, поэтому постарайтесь привлекать детей к посильному труду в природе.

Наиболее наглядные изменения происходят осенью в растительном мире.

Обратите внимание детей на деревья, кустарники и травы, на то, что с ними происходит осенью.

Предложите детям собрать опавшие листья, из этих листьев можно собрать букет или сделать гербарий.

Рассматривая листья и отбирая самые красивые, спросите, почему они нравятся ребенку, у всех ли деревьев одинаковые листья. Ваши вопросы помогут ребенку лучше всмотреться и заметить разнообразие форм, цвета листьев.

Для того чтобы развить наблюдательность и расширить кругозор ребенка, используйте листья в играх: «С какого дерева листок?», «Какого цвета этот лист?», «Раз, два, три к такому дереву беги».



Собранные листья можно использовать для не традиционного рисования, делая листьями отпечатки на листе бумаги.

### Прочитайте детям стихотворения об осине:

#### Осень

Ходит осень по дорожке, Промочила в лужах ножки. Льют дожди И нет просвета. Затерялось где-то лето.

Ходит осень, Бродит осень. Ветер с клена листья Сбросил. Под ногами коврик новый, Желто-розовый -Кленовый.

В. Авдиенко



Наступила осень, Пожелтел наш сад. Листья на берёзе Золотом горят. Не слыхать весёлых Песен соловья. Улетели птицы В дальние края.

Если на деревьях Листья пожелтели, Если в край далекий Птицы улетели, Если небо хмурое, Если дождик льется, Это время года Осенью зовется.



Любая ваша совместная деятельность на осенней природе будет вдвойне полезна, если добавить к ней улыбки и хорошее настроение! Тогда ненастная осенняя погода вам будет не страшна!

## «Литературное воспитание детей в семье»



Крылова Т. В. воспитатель

В настоящее время наблюдается повышенный интерес родителей ко всем вопросам воспитания и образования детей. В то же время бурные успехи научнотехнической революции порождают и противоречия, невольную переоценку многих ценностей, когда достоинства человека определяются не столько его нравственными качествами, духовным богатством, сколько естественнонаучными знаниями, техническими способностями. Это достаточно чётко проявляется в современном семейном воспитании, когда родителей порою интересуют исключительно те педагогические средства, которые стимулируют подготовку ребёнка к овладению точными науками, когда освящённое многовековой традицией общение с дошкольниками в семье с помощью потешек, песенок, сказок, игр недооценивается и заменяется просмотром телепередач, игр с компьютером, прослушиванием магнитофонных или DVD- записей.

Средства массовой информации (особенно телевидение) вытеснили или почти вытеснили такую традиционную форму общения старших и младших в семье, как семейное чтение.

Книга, прочитанная в детстве, оставляет более сильный след, чем книга, прочитанная в более зрелом возрасте. «О, память сердца! Ты сильней рассудка памяти печальной» К. Батюшков. Не сопережившие в детстве могут остаться равнодушными к проблемам века – этическим, экологическим, экономическим.

Поэтому необходимо в полную силу использовать могучее воздействие книги в воспитании и развитии ребенка. Но это могучее воздействие книги на воспитание ребенка надо использовать осторожно и умело родителям и воспитателям.

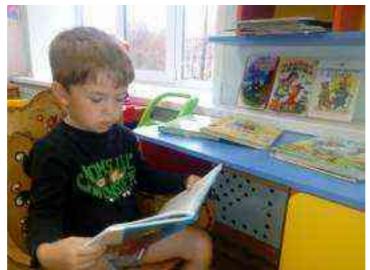
Правильное руководство детским чтением оказывает благотворное влияние на формирование нравственного облика ребёнка: здесь нужен такт, меньше всего должна иметь место назойливая назидательность. Белинский говорил: «У нас есть нравственная мысль – прекрасно, не выговаривайте же ее детям, но дайте ее почувствовать, не делайте из нее вывода в конце рассказа, но дайте им самим вывести, если рассказ им понравился - вы сделали свое дело».

Надо умело подбирать книги для чтения детям. Не надо читать все подряд. Книга богата познавательным материалом: тут и природа, и жизнь животных, и мир человека. Многое детям в книгах не понятно, что важно довести до сознания детей. Очень важны беседы по прочитанному. Чем понравилась книга? Кто из героев больше всего запомнился? Хотел бы ты походить на героя, если да (нет) почему?

Попросите выполнить зарисовку. Дошкольник, да и школьник, с большим интересом выполняют эти задания. Такие задания будят мысль детей, влияют на личность самого ребенка, на его поведение.

Для чтения малышу надо выбирать красочные книги. Ребенок по натуре эмоционален. Его привлекает все красивое, яркое. И надо обратить внимание ребенка на то, кто эту книгу так красочно оформил – художник, познакомить с другими профессиями людей участвующими в создании книги.

Очень важно чтобы ребенок давал самостоятельную оценку своему герою. В своей беседе с детьми взрослые должны стараться подвести детей к основной мысли, идее произведения. Ребенок, придя в школу, затрудняется в определении главной идее произведения. Он старается подробно пересказать весь текст рассказа, что совсем не требуется. Для того, чтобы дети правильно осознали и оценили созданное автором, надо как писал известный русский методист Д.И. Тихомиров – «научить маленьких наших читателей (или слушателей) мыслить и чувствовать во время чтения». Такие возможности создаются при выразительном чтении. Поэтому родители должны читать детям книги очень выразительно. Именно посредством голоса, дикции выражается детское отношение к описанным в книге событиям и фактам.



# Роль конструирования в развитии детей дошкольного возраста



Термин «конструирование» произошел от латинского слова construere, что означает - создание модели, построение, приведение в определенный порядок и взаимостношение различных предметов, частей, элементов,

Конструкрование относится и продуктивным видам деятельности, поскольку направлено на получение определенного продукта.

Конструирование, как вид деятельности, играет важную роль в общем психическом развитии ребенка, отвечает интересам и потребностям детей, носит познавательный и творческий характер. В процессе конструктивной деятельности у детей формируются основы волевого поведения и таким образом занятия конструированием способствуют развитию личностной готовности и школа.

Иногда папы и мамы стрематся как можно больше накупить игрушек. Им кажется, что, чем их больше, тем лучше
ребёнок станет играть. Но это ошибочное мнение. Перецасыщать игрушками так же вредно, как и пищей. Лучше,
если у ребёнка имеются не только готовые игрушки, но и
легко трансформирующиеся большие пустотелые кубики и
кирпичики, коробки картонные и спичечные, лоскуты ткани и искусственного меха, листы плотной бумаги, дощечки
и т.п. Из них ребёнок может самостоятельно делать разнообразные игрушки. Это не только забавляет ребёнка, но и
даёт простор его фантазии, благодаря ей, он легко включается в любую игру, исполняет самые разные роли. Игрушка тогда удовлетворяет ребёнка, когда она отвечает его
потребностим. Ведь с накой лёгкостью он приспосабливает
для игр окружающие предметы!

Конструкрование по условиям — детям не дают образца постройки, рисунков и способов ее возведения, а лишь определяются условия, которым постройка должна соответствовать (например, возвести через реку мост определенной ширины для пешеходов и транспорта, гараж для легковых или грузовых машин и т.п.). Для ребенка это проблемвая ситуация, которую он должен решить самостоятельно. В процессе такого конструирования у детей сформируется умение анализировать условия и на основе этого анализа строить свою практическую деятельность. А так же ребенок учится подчиняться определенным правилам и условиям, причем в игровой-конструктивной деятельности эти правила легко становятся для него внутрениями, не принудительными.

Конструирование по простейшим чертежам и наглядным скемам - вмеет моделирующий характер деятельности, в которой на деталей стронтельного материала воссоздаются внешине и отдельные функциональные особенности реальных объектов, создается возможность для развития внутренних форм нагладного моделирования. Эта возможность успешно реализуется при обучении детей сначала построению простых скем чертежей, отражающих образцы построек, а затем, наоборот, практическому созданию конструкций по простым чертежам-схемам. Данный вид конструнрования способствует развитию у детей развивать образного мышления - моделирующее познавательное действие. которое состоит из операций замещения (частей предмета деталями конструктора), пространственного объединения заместителей в целостное образование (модель объекта), и операции отнесения модели и реальности, ее преобразования или воспроизведения.

Конструнрование по замыслу — способствует развитию творчества детей, в котором проявляется их самостоятельность, ведь ребенок сам решает, что и как он будет конструнровать. Однако необходимо поминть, что создание замысла будущей конструкции и его осуществление — достаточно трудная задача для дошкольников, так как замыслы неустойчивы и часто менлются в процессе дептельности.

Все виды конструктивной деятельности ребенка дошкольного возраста способствуют развитию его познавательных и творческих способностей, а так же формированию основ учебной деятельности и мотивационной готовности к обучению в школе.

## Подготовила Винтер Г.А., воспитатель



### Анонс

Тема следующего номера: **Здравствуй, гостья-зима!** 

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 творческом конкурсе:

Зимние приключения

1. Наряжаем елку вместе

Наш любимый детский сад 2018/№4 информационно-практический журнал для родителей д/с № 179

Выходит 4 раза в год Учредитель и издатель:

МДОУ д/с № 179, заведующий Клочкова Л.В.

Главный редактор: Бородина Н.А. Дизайн, верстка: Молькова М.А. Номер подписан в печать ноябрь 2018г.

Материалы публикуются в авторской редакции

Тираж: 35 экземпляров.

Адрес редакции: 150046, г. Ярославль, ул. Титова, д. 14, к. 4

Тел./факс.: (4852) 946-995 E-mail: yardou179@ yandex.ru