

Подготовили:

Зам.зав. по ВМР Кудрина Е.В.

Учитель-логопед Иванова И.Н.

Педагог-психолог Нуриахметова Т.П

Практикум для родителей «Развиваемся играя...»

Цель: формирование знаний родителей о значении игрушки, ее роли в жизни ребенка.

Задачи: дать родителям представление о развитии и самостоятельности ребенка; о значении игрушки, ее роли в игре ребенка; вооружать знаниями о целесообразном педагогическом подборе игрушек.

Форма проведения: очная

Участники: воспитатели групп, специалисты, родители (законные представители).

Оборудование: проектор, экран, ноутбук, памятки для родителей, бумажные цветы на каждого участника, оформление предметно – развивающей среды по теме, столы и стулья; игры и пособия из бросового материала.

План практикума

1. Вводная часть. Приветственное слово. Сообщение темы мероприятия (2-3 мин.)
2. Педагог-психолог «Роль игр игрушек в развитии ребенка», «Требования к играм и игрушкам» (7 минут)
3. Учитель-логопед «Развивающие игры», «Виды игрушек» (7 мин.)
4. «Игровая вертушка» (30 минут)
5. Рефлексия (5 мин.)

Ход мероприятия

В музыкальный зал заходят участники, при входе получают по бумажному цветку.

1. Приветствие.

- Добрый вечер, уважаемые родители. Прежде, чем начать наше мероприятие, я предлагаю посмотреть на свой цветок который вы получили, а затем сравните с цветками соседей, что вы можете сказать? (цветы абсолютно одинаковые, белые, бумажные ромашки). А теперь расскажите о своем цветке, но каждый по своему.

Вот при одинаковом внешнем виде, каждый цветок в наших глазах стал другим. Так и наши дети также разные, нет одинаковых детей, развиваются по разному, если даже одинаковые условия. А как сделать эти условия чтобы ребенок полноценно развивался, не был таким блеклым и однотипным цветком, что для этого необходимо? Об этом сегодня мы с вами и поговорим, тема нашей встречи «Развиваемся играя...»

2. «Роль игрушки в развитии ребенка». Требование к игрушкам»

Главное условия для развития ребенка, это конечно ваша забота и любовь, понимание. В дошкольном детстве ведущий вид деятельности ребенка – это игра. Это самый лучший способ решения вопросов воспитания и развития ребенка В игре эффективно воспитывается умение жить и действовать сообща, оказывать помощь друг другу, развивается чувство коллективизма, ответственности за свои действия.

Однако без руководства взрослого даже старшие дошкольники не всегда умеют играть. В детском саду мы воспитатели играем с детьми. А дома может кто-то из старших членов семьи включиться в игру, и стать связывающим звеном между детьми, учить их играть вместе, как играть. Совместные игры родителей с детьми духовно и эмоционально обогащают детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы.

Мы понимаем, что ребенку нужна игра, а игра - неотделима от игрушек. Именно они позволяют ребёнку выразить свои чувства, исследовать окружающий мир, учат общаться и познавать себя.

- А помните ли вы, какая любимая игрушка была у вас в детстве?

- За что вы её любили? (**Ответы родителей**)

Самостоятельная игра ребенка среднего возраста во многом зависит от того, как, взрослые организуют подбор игрушек и их расположение, т. е. предметно – игровую среду.

Подбор игрушек – дело серьёзное и ответственное. Выбрать игрушку в настоящее время чрезвычайно трудно: наряду с традиционными (куклами, мишками, машинками) появляются новые игрушки невиданные и незнакомые самим родителям. Как сориентироваться в этом огромном мире игрушечной продукции? Как оценить их игровой и развивающийся потенциал? Как выбрать то, что нужно ребёнку? Я надеюсь, что эта встреча поможет вам ответить на эти вопросы.

Игрушка – это специально предназначенный предмет для детских игр, она помогает ребенку осуществить свой замысел, приближает игру к действительности. Чтобы вообразить себя мамой, надо иметь в руках дочку- куклу, которую можно укладывать, кормить, одевать и т. д... Игрушка должна быть такой, чтобы мог с ней активно действовать, выразительно разыгрывать свою роль. Поэтому, правильный выбор игрушек – серьёзное дело!

«Требования, предъявляемые к игрушкам»

Прежде всего, игрушки должны соответствовать возрасту детей, быть безопасными и не приносить вред здоровью. Важно обращать внимание на то, из какого материала сделана игрушка, какая краска использована для её окраски (пахнет ядовито, электрический неестественный цвет). На что важно обращать внимание при выборе игрушки?

- **Внешний вид** целая, нет зазубрин, не лезет мех,
- **Хорошая игрушка** не должна иметь острые края.
- **Важно обратить внимание, из какого материала изготовлена игрушка.** Если это пластмасса, то надо обратить внимание на его качество (нет трещин, зазубрин, ровные края, нет резкого неприятного запаха).
- **Если это мягкие игрушки, то они должны продаваться в индивидуальной упаковке.** Важно, чтобы мех не оставался в руках и на одежде, т. е. не лез, ресницы, и усы не кололись.
- **При выборе игрушке важно учитывать размер.** Особо придирчивым следует быть при выборе конструкторов, мозаик, а так же игрушек с магнитом. По размеру частей конструкторов, они должны быть не менее 4-5 см. в диаметре и не содержать мелких частей. Магниты должны быть хорошо влиты в пластмассу.
- **Помните, что цвет игрушек должен быть спокойным, естественным, а не ядовитым.** Кричащие оттенки красного и зелёного цветов не могут содержать натуральных компонентов. В состав этих красителей зачастую могут входить свинец, кадмий ... Кроме этого ядовитые цвета отрицательно влияют на психику ребёнка и его зрение.
- **Советуем меньше покупать детям монстров, мутантов ...** Психика ребёнка ещё только формируется и не устойчива. Дети только начинают познавать мир. У них формируются понятия о добре и зле, а эти игрушки могут нести в себе как хорошее, так и плохое, но выражение робота, например, даже доброго не видно на игрушке. Сложно определить по игрушке добрый это мутант или нет. Таким образом, у детей стирается грань между добром и злом, ребёнок начинает принимать это как норму. В дальнейшем эти проблемы могут усугубиться.

Важно играть вместе с ребёнком. У вашего ребенка может быть много игрушек, но он будет одинок, не сможет занять себя, если вы не покажете ему, как играть игрушками, что можно с ними делать, а можно изготовить игрушки самим.

3.«Виды игрушек»

Существуют разные виды игрушек для детей дошкольного возраста.

Сюжетные, или образные, игрушки.

Это куклы, фигурки животных, мебель, посуда, предметы домашнего обихода. Центральное место отводится кукле. Ребенок во время игры как бы одушевляет куклу,

разговаривает с ней, доверяя ей свои тайны и радости, проявляя о ней заботу. К этой группе игрушек относятся и сказочные персонажи. К образным игрушкам также относятся те, что изображают зверей, домашних животных. Дети их кормят, купают, укладывают спать, лечат, ходят с ними на прогулки

Технические игрушки.

Эти игрушки все больше входят в жизнь. К ним относятся: транспорт, конструкторы, всевозможные технические агрегаты. Особой популярностью у детей пользуются разнообразные конструкторы «Лего», развивающие мелкую моторику, ориентировку в пространстве, мышление, творчество.

Игрушки-забавы.

Это смешные фигурки зверей, животных, человечков, например зайчик, играющий на барабане, или повар, готовящий яичницу. В основе их лежит движение, сюрприз, неожиданность. Их назначение — позабавить детей, вызвать смех, сопереживание, радость, воспитать чувство юмора.

Спортивные игрушки.

Это особый тип игрушек, способствующий повышению двигательной активности детей, развитию координации движений, ориентировки в пространстве.

Театральные игрушки.

Эти игрушки по содержанию являются образными, но имеют особое назначение — служат целям эстетического воспитания, развития речи, воображения. К ним относятся, например, Петрушка, куклы бибабо.

Музыкальные игрушки.

Это погремушки, колокольчики, бубенцы, дудочки, игрушки, изображающие пианино, балалайки и др. музыкальные инструменты.

Дидактические игрушки.

Этим игрушкам принадлежит особое место. С помощью дидактических игр дети знакомятся с цветом, формой, величиной и т. д. К ним относятся разноцветные вкладыши, матрешки, мозаики, пазлы, лото и др. Эти игрушки воспитывают у детей сосредоточенность, настойчивость, целеустремленность, умение доводить дело до конца, а также способствуют развитию мелкой моторику.

Строительные игрушки.

Они состоят из геометрических тел, развивают мелкую моторику, ориентировку в пространстве, мышление, воображение, творчество.

4. «Игровая вертушка»

Теперь мы знаем, по каким критериям отбирать в магазине игрушки своим детям, какие бывают игрушки. Купленные игрушки в магазине, это всегда красиво, качественно, но бывает очень дорого и не всегда есть возможность купить, а бывает и так в комнате два чемодана игрушек, а ребенок играет крышками от кастрюль как музыкальным инструментом, скакалка вместо фонендоскопа, картонная коробка домик для куклы.

Игрушки, сделанные своими руками, несут особую позитивную энергетику мастера, они способствуют осуществлению индивидуального подхода, ведь создаются они для конкретного ребенка, значит, будут учтены его желания, склонности, возможности. Да и совместное изготовление игр способствует сплочению семьи, активизации речевого общения дошкольника, повышению его самооценки, совершенствованию познавательных процессов: восприятие, память, мышление, внимание, воображение.

И мы хотели сегодня вам представить такие игрушки, которые можно сделать из любого бросового материала, которые вам не будут почти ничего стоить и если вдруг они сломаются, то будет не жалко выбросить, но при этом с ними можно проиграть всевозможные варианты.

Мы просим вас оторвать беленькую сердцевину вашего цветка, и присесть за столы в соответствии с цветом серединки. Наши педагоги расскажут вам о каждой игровой пособии, из чего сделано, какие варианты игр можно проиграть, какие задачи развития они решают, и самим окунуться в мир детства и поиграть. После звукового сигнала перейдите по часовой стрелке за другой стол.

1. **Стол. Необычные конструкторы:** «Пробковый», «Губки для посуды», «Коктейльные трубочки», «Пластилиновый конструктор», «Картонные фигурки», «Одноразовые стаканчики»
2. **Стол. Лабиринты:** объемные, напольные, настенные, настольные, плоские, с использованием предметов (магниты, карандаши, фигурки животных, людей)
3. **Стол. Дидактические развивающие игры, созданные из разных вещей и предметов:** многофункциональное панно «Чудо дерево» и «По волнам», «Бродилки», «Шнуровки», «Хозяйственная корзинка», «Необычная клавиатура».

- Уважаемые родители наша встреча подходит к концу, мы виели с каим интересом вы играли с пособиями, сколько нового открыли для себя.

«Я пришел из детства, как из страны, - писал Антуан де Сент-Экзюпери. - Нам, взрослым, следует чаще думать, какими красками мы раскрасили страну дошкольного детства для пришедших туда наших малышей. Эта страна пока еще полностью в наших руках, и за нее мы по-настоящему в ответе. За оригинал - не за отражение!»

Давайте же будем играть вместе со своими детьми как можно чаще дома и детском саду.

5. Рефлексия

Мы предлагаем вам выразить свое мнение о нашей встрече, возьмите картинку с любой понравившейся игрушкой, и поместите ее:

- в белый чемодан, если информация вам совсем была не интересна, вы не узнали ничего нового

- в зеленый чемодан, если информация была полезной, но что то было не понятно, хотелось бы узнать больше

- в красный чемодан, если вам наши советы, рекомендации были полезны, интересны.

Спасибо, что пришли уважаемые родители, мы надеемся, что наше мероприятие сегодня было полезно для вас.

Помните — игра прекрасный источник укрепления физического, духовного, телесного и эмоционального самочувствия ребенка Приглашаем Вас к сотрудничеству - принимайте участие в мероприятиях, проводимых в детском саду, приходите играть вместе со своим ребенком.

Памятки «Требования к выбору игрушек»

**Семинар-практикум по теме: «Сохраним и укрепим здоровье всей семьи»
для родителей в рамках работы РОУ**

Дата проведения: 26.10.2022

подготовила учитель-логопед Кузнецова А.Б.

Цель: формирование у родителей устойчивой мотивации к сохранению и укреплению здоровья своих детей.

Задачи: - повысить уровень знаний родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей, здорового образа жизни в семье посредством педагогического просвещения; - обеспечить тесное сотрудничество и единые требования детского сада и семьи в вопросах здоровья детей.

Повестка дня:

1. Организационный момент - вступительное слово, объявление темы.
2. Выступление педагогов:

— Выступление: «Полезные семейные привычки»

Воспитатели логопедической группы:

Тимошкина Ирина Владимировна, Власюк Людмила Ефимовна

— Выступление: «Правильное питание – полезные продукты»

— **Воспитатели санаторной группы №1:**

— **Полунина Татьяна Леонидовна, Аференок Татьяна Александровна**

— Выступление: «Двигательная активность - профилактика гиподинамии»

— **Инструктор по плаванию: Татуева Елена Ивановна**

— Выступление: «Физкультура и спорт - основа здорового образа жизни»

— **Инструктор по физической культуре: Бубнова Алена Викторовна**

3. Рефлексия.

4. Подведение итогов.

5. Формулировка и принятие решения родительского собрания.

Сценарий собрания:

1. Вступительное слово:

Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня мы проводим очередное заседание нашего родительского университета, которое посвящено очень важной для нас и для вас теме «Здорового образа жизни наших дошкольников».

Поэтому наше сегодняшнее родительское собрание будет проходить под девизом **«Мы за здоровый образ жизни!»**.

Мы хотим не просто поприветствовать вас на нашем родительском собрании, а пожелать вам здравствовать - быть здоровыми.

- ❖ Здравствуйте - и от одного этого слова на лицах появляется улыбка.
- ❖ Здравствуйте - и мы хотим сказать, что нам очень приятно, что вы нашли время и откликнулись на наше приглашение.
- ❖ Здравствуйте - ведь мы не зря старались и готовились к собранию – и вы пришли.
- ❖ Здравствуйте - и мы хотим сказать, что рады вас всех видеть, ведь мы хотим, чтобы наши дети были здоровы

Все мы с вами знаем, что слово «здравствуй» означает «будь здоров!». Люди при встрече желают друг другу доброго здоровья. А что такое здоровье? Посмотрим, что означает понятие здоровье в Википедии: *(на слайде)* **«Здоровье** - состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

Здоровье человека - главная ценность в жизни. Его не купишь не за какие деньги! Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете отдать свои силы на преодоление жизненных задач, не сможете полностью реализоваться в современном мире

Забота о воспитании здорового ребенка, сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных задач нашего дошкольного учреждения. Для того чтобы наши дети выросли здоровыми полноценными людьми необходимо **несколько условий**, которые мы, взрослые можем предоставить:

- режим дня,
- правильное питание,
- пребывание на свежем воздухе,
- двигательная активность,
- закалывающие процедуры
- и психологический комфорт.

Ведущий: А сейчас наши педагоги поделятся опытом оздоровительной работы, направленной на укрепление здоровья и всестороннего физического развития детей дошкольного возраста в нашем детском саду.

Немаловажное значение в укреплении здоровья имеет **режим дня**. О разнообразных видах деятельности в режимных моментах нам расскажут воспитатели группы компенсирующей направленности:

ВОСПИТАТЕЛИ :

Создание здорового образа жизни для ребёнка в детском саду является первоосновой его полноценного воспитания и развития. Здоровый, нормально физически развивающийся ребёнок, обычно бывает подвижным, жизнерадостным, любознательным. Он много играет, двигается, с удовольствием принимает участие во всех делах. Бодрое, жизнерадостное и в то же время уравновешенное настроение детей в большой мере зависит от строгого выполнения **режима дня**.

Мы знаем, что **режим дня** — это хорошо продуманный распорядок дня, соответствующий возрасту детей. Соблюдение режима дня, проведение всех составляющих его элементов всегда в одно и то же время способствует выработке полезных привычек, прочных условных связей, облегчающих переход от одной деятельности к другой. Организм ребенка как бы подготавливается к тому виду деятельности, который ему предстоит выполнить в определенное время.

Прогулка – это одно из основных оздоровительных мероприятий в детском саду, предупреждающая охрану и укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие, различную двигательную деятельность детей. Для ребенка очень важен период пребывания на открытом воздухе.

На прогулке мы используем подвижные игры с ходьбой, бегом, прыжками, ползанием и лазанием, бросанием и ловлей. Движение для детей - жизненно важная необходимость. В движении - жизнь! Ежедневные прогулки детей являются эффективным методом закаливания ребенка. Так как потребности растущего организма в кислороде более чем в 2 раза превышает таковую у взрослых.

Под влиянием воздушных ванн не только повышается тонус нервной, дыхательной и пищеварительной системы, но и в крови возрастает количество эритроцитов и гемоглобина. Дети должны гулять не менее 2-х раз в день не менее 4 часов в день, летом неограниченно. Прогулка имеет не только оздоровительное значение, но и происходит познание окружающего мира, ребенок учится общаться со сверстниками.

«**Тихий час**». Не менее важной составляющей частью режима является **сон**, который особенно необходим ослабленным детям. Сон должен быть достаточно продолжительным: *дети 3-4 лет спят 14 часов в сутки, 5-6 лет - 13 часов, 7-8 лет - 12 часов*. Из этого времени необходимо, особенно для младших детей, выделить часы для **дневного сна**. Важно, чтобы дети ежедневно (и днём, и ночью) засыпали в одно и то же время. Дети должны ложиться не позднее 8-9 часов вечера. Таким образом, уважаемые родители, домашний режим ребёнка должен быть продолжением режима дня в детском саду, и особенно в выходные дни.

Чтобы осуществить постепенный переход организма от состояния сна к бодрому работоспособному состоянию мы используем бодрящую гимнастику после сна.

Бодрящая гимнастика – это разминка после сна с использованием различных упражнений в постели (*гимнастика пробуждения*), дыхательная гимнастика, ходьба по массажным дорожкам, самомассаж. Бодрящая гимнастика в детском саду проводится ежедневно после дневного сна, по 2-3 мин.

Массажные дорожки – используются для профилактики плоскостопия, воспитания правильной осанки. Дети с удовольствием ходят по ним. Такая дорожка прекрасно массирует ступни детей, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

Дошкольникам сложно сосредоточиться на одном деле и усидеть на месте больше, чем на 20 минут. Поэтому в перерывах между занятиями, во время самого процесса обучения, дети всегда с удовольствием выполняют разнообразные кратковременные физические упражнения – физ.минутки.

Физминутки способствуют снятию усталости, напряжения, переключения на другой вид деятельности, расслабляют.

(видео - физ.минутка)

Проводятся различные пальчиковые гимнастики. Предлагаем вам посмотреть видео физ.минутки в виде пальчиковой гимнастики (**видео – пальчиковая гимнастика**).

Уважаемые родители, гимнастика это весело и интересно, давайте и мы с вами поиграем.

Пальчиковая гимнастика с родителями «У бабушки Маланьи».

Также проводится гимнастика для глаз. **Гимнастика для глаз** полезна всем в целях профилактики нарушений зрения. Упражнения для глаз предусматривают движение глазного яблока по всем направлениям. Зрительную гимнастику необходимо проводить регулярно 2-3 раза в день по 3-5 минут. Используем тренажер Владимира Филипповича Базарного. В.Ф.Базарный является российским ученым, педагогом-новатором, считается основателем творческой педагогики в детских учреждениях. Изделие можно сделать своими руками

Для профилактики возникновения дефектов в произношении звуков проводится и артикуляционная гимнастика. Артикуляционная гимнастика может проводиться как индивидуально, так и в группах.

Бытует мнение, что артикуляционная гимнастика – это не столь важное, несерьёзное занятие, которым можно и не заниматься. Однако, это не так. Систематичное выполнение артикуляционных упражнений позволяет:

- подготовить артикуляционный аппарат к самостоятельному становлению произношения звуков;
- быстрее преодолеть речевые дефекты;
- привести тонус мышц губ, щек и языка в норму.

В нашем детском саду, в старших и подготовительных к школе группах, с сентября 2019 года реализуется Парциальная программа дошкольного рекреационного туризма «Весёлый Рюкзачок». Туристическая деятельность здесь представлена как средство оздоровления, развитие двигательной сферы и познание ребенком окружающего мира. В беседах, с включением игр и творческих заданий, у воспитанников формируются первоначальные знания о туризме, дети получают знания о здоровом образе жизни, правилах безопасности.

Туризм служит надежным средством укрепления здоровья восстановления сил, израсходованных за неделю. Хочется надеяться, что вы, родители, будете принимать более активное участие в наших совместных мероприятиях, и в своих семьях будете применять этот вид активного отдыха.

Вывод: домашний режим ребенка должен быть продолжением режима дня детского сада. Уважаемые родители рекомендуем Вам придерживаться в выходные и праздничные дни **режима дня**, установленного в детском саду.

-Уважаемые родители, для вас мы подготовили брошюры с пальчиковой гимнастикой и гимнастикой для глаз.

Ведущий: Важным оздоровительным мероприятием для детей-дошкольников служит и правильная организация питания. Об этом нам расскажут воспитатели группы оздоровительной направленности.

ВОСПИТАТЕЛИ:

Одним из важных факторов здоровья ребенка является организация рационального питания в детском саду и дома. Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение.

В рацион питания ДООУ включены все основные группы продуктов – мясо, рыба, молоко и молочные продукты, яйца, пищевые жиры, овощи и фрукты, сахар, кондитерские изделия, хлеб, крупа и др., а также полуфабрикаты промышленного производства для питания детей

В детском саду осуществляется витаминпрофилактика - это витаминизация напитков, чай из плодов шиповника. Находят применение и народные средства (лук, чеснок) в целях профилактики вирусных инфекций. Выращивается на подоконнике зелень: лук, салат, петрушка.

Чем кормить детей дома?

Большинство дошкольников посещают детский сад, где получают четыре раза в день необходимое по возрасту питание. Домашний рацион питания такого “организованного” ребенка должен дополнять, а не заменять рацион детского сада. С этой целью в каждой группе воспитатели вывешивают ежедневное меню, чтобы родители могли с ним ознакомиться. Поэтому, забирая ребенка домой, не забудьте прочитать его и постарайтесь дать малышу дома именно те продукты и блюда, которые он недополучил днем. В выходные и праздничные дни старайтесь придерживаться меню детского сада, используя рекомендации медицинского работника детского учреждения. Утром перед отправлением ребенка в детский сад не кормите его, так как он потом будет плохо завтракать в группе.

Основные принципы питания дошкольников

Принципы питания остаются неизменными на протяжении всей жизни человека.

Во-первых, оно должно быть разнообразным. Независимо от вкусовых пристрастий ребенка, его нельзя кормить на протяжении нескольких дней однообразной пищей, необходимо предлагать новые вкусы и блюда.

Во-вторых, пища должна быть безопасной. В детских учреждениях, в домашних условиях должны соблюдаться все правила хранения и приготовления блюд. При покупке продуктов необходимо обращать внимание на срок годности, условия хранения и целостность упаковки.

В-третьих, нужно обеспечить высокие вкусовые качества приготовленных блюд. При этом еда для ребенка не должна быть избыточно соленой, сладкой или терпкой. Не стоит исключать сахар и соль при приготовлении пищи, иначе дети откажутся есть, но лучше все же немного недосаливать. Со временем ребенок привыкнет к такой пище, что поможет сохранить ему здоровье.

В-четвертых, для сбалансированного и полноценного питания необходимо ежедневно включать в детский рацион молочные продукты, фрукты и овощи.

В-пятых, соблюдать режим питания. Перерыв между приемами пищи должен составлять не более 3–4 часов.

Количество энергии, поступающей в организм с продуктами, равно количеству энергии, затраченной ребёнком за целый день.

Удовольствие от еды напрямую зависит от атмосферы, царящей за столом. Во время еды категорически не рекомендуется обсуждать, любого рода проблемы особенно семейного характера. Все негативные эмоции должны быть забыты, за столом должен царить мир и покой. Помните: “Когда я ем- я глух и нем” и “Лучше молчать, чем говорить”. Последнее касается такого объекта семейной любви, как телевизор.

Для того, чтобы организовать правильное питание ребенка дома, нужно соблюдать несколько важных правил. Их вы сможете увидеть на слайде.

Правило 1: Питание должно быть **разнообразным**.

Правило 2: Питание ребенка должно быть **регулярным**.

Правило 3: Питание ребенка должно **восполнять его ежедневные траты энергии**.

Пусть с самого раннего возраста у ребенка сформируется представление: семейный стол – место, где всем уютно, тепло и, конечно вкусно.

ИГРЫ: А сейчас давайте с вами немного поиграем. Для этого нам нужно разделиться на 2 команды.

(Богатыри, Здоровячки)

Задание 1: «Отвечалочка»

«Каши разные нужны, каши разные важны».

Уважаемые родители, сейчас мы будем вам называть крупы, а вы должны назвать каши, которые из них готовят.

Вопросы:

1. рис-
2. греча-
3. пшено-
4. овсянк -
5. пшено-
6. кукуруза-
7. манка-
8. перловка-
9. горох-
10. геркулес-

Задание 2: «Мудрые мысли».

Назовите какие блюда можно приготовить из:

КАПУСТЫ-

КАРТОФЕЛЯ-

Представители команды отвечают поочередно

Задание 3: «Анаграммы»:

Анаграмма (Слово или словосочетание, образованное путём перестановки букв, составляющих другое слово (или словосочетание)). (Каждой команде даются листочки с анаграммой, нужно расшифровать, какое спряталось слово)

«Анаграммы»:

ПАЕПТИТ – аппетит

ПИНИТАЕ - питание

ТАПУСКА – капуста

НОКЧЕС - чеснок

ПЕКАНЗАКА – прогулка

ПОТКОМ – компот

Слайд 31. (Ответы на слайде)

Ведущий: Предоставляется слово нашему **инструктору по плаванию** которая расскажет вам о **водных** закаливающих процедурах в нашем детском саду.

БАССЕЙН: инструктор по плаванию

Здравствуйте, уважаемые родители! В настоящее время происходит увеличение количества детей дошкольного возраста с различными отклонениями в состоянии здоровья, снижением сопротивляемости организма вредным факторам среды, в том числе к инфекционно-вирусным заболеваниям. Проблема воспитания здорового ребенка, стоящая перед нами, была и остается наиболее актуальной, и в связи с этим возникает необходимость поисков эффективных путей укрепления здоровья ребенка, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности.

Плавание – наиболее традиционная форма оздоровления. Оно способствует привитию жизненно важных навыков, воспитанию морально - волевых качеств, закаливанию организма. Регулярные занятия в бассейне формируют правильное **дыхание**, развивают легкие, укрепляют **дыхательные мышцы**. Очень важно, что при этом одновременно происходит и закаливание организма.

Дыхательные упражнения, используемые на занятиях, способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью.

После освоения детьми правильного вдоха и выдоха, учим согласовывать дыхание с движениями ног, рук, затем головы. На каждом занятии разучиваем два-три дыхательных упражнения.

Сознательное и активное отношение детей к упражнениям и играм имеет большое значение для достижения положительных результатов при обучении плаванию. Поэтому, объясняя задание, мы стремимся к тому, чтобы дети поняли, как выполнять движение, на что при этом обратить внимание (*оттолкнуться сильнее, чтобы проскользнуть подальше; произвести полный выдох в воду, чтобы, всплыв на поверхность воды, снова сделать вдох*).

Предлагаю вашему вниманию **дыхательные упражнения**, которые я использую на своих занятиях. Эти упражнения способствуют развитию жизненной емкости легких, укреплению дыхательных мышц грудной клетки. Подобные упражнения мы используем на занятиях в бассейне, в вы можете использовать на любых своих занятиях как двигательную разминку или релаксацию.

«Резвые мячи», «Пузыри», «Стрелочки»

«**Игровой самомассаж**» является основой закаливания и оздоровления детского организма.

Задачи самомассажа:

- Повышать сопротивляемость организма к простудным заболеваниям.
- Предотвращать простудные заболевания путем воздействия на активные точки.
- Развивать интеллектуальные функции.
- Развивать двигательную память.
- Воспитывать бережное отношение к своему телу.
- Развивать коммуникативные навыки и тактильное восприятие.

Проводится игровой самомассаж с родителями

. Мы стремимся к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли детям удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться хорошо плавать. Учим осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, знакомим с элементарными правилами безопасного поведения.

Ведущий: А сейчас инструктор по физической культуре поделится опытом оздоровительной работы, направленной на всестороннее **физическое развитие** детей дошкольного возраста в нашем детском саду.

ФИЗО: инструктор по физической культуре

Все родители желают видеть своего ребенка здоровым, сильным, физически развитым. Такой ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Так как укрепить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и вас, родителей, и нас, педагогов, так как все мы хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее, выросли и входили в большую жизнь не только знающими и образованными, но и закаленными и здоровыми.

Усилия нашего детского сада направлены на оздоровление воспитанников, культивирование здорового образа жизни, и неслучайно именно эти задачи являются приоритетными Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования. На протяжении каждого дня решаются задачи физического воспитания, укрепления и охраны здоровья детей.

Здоровый образ жизни в детском саду предполагает приобщение детей к двигательной культуре. Целенаправленное физическое воспитание дошкольников в ДОУ включает в себя физкультурные занятия, которыми руководит взрослый. В соответствии с программой ДО, физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю.

Утренняя гимнастика – это обязательная часть ежедневного режима ребенка. Каждое утро начинается с зарядки. Как известно, комплекс упражнений утренней зарядки для детей чрезвычайно важен. Зарядка помогает ребенку быстрее избавиться от утренней сонливости, обеспечивает прилив энергии и бодрости. Утренняя зарядка помогает организму «проснуться», обеспечивает хорошее настроение на утро. Она укрепляет иммунитет и повышает сопротивляемость организма к болезням, в результате выполнения упражнений укрепляется сердечно-сосудистая система, улучшается работа легких. Кроме этого, утренняя зарядка для детей способствует дисциплинированности и организованности, а также укрепляет опорно-двигательный аппарат маленького человечка.

Для самостоятельной двигательной деятельности в каждой группе имеются физкультурные уголки. Дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений и в выборе физкультурного инвентаря для упражнений. Предметно-пространственная развивающая

среда физкультурного уголка (скакалки, гантели, кегли, кубики пластмассовые, обручи, мячи разных размеров, кольцеброс, массажёры, палочки, флажки, «снежки», воротики) также является средством сбережения здоровья детей, так как способствует развитию личности ребёнка, является источником его индивидуальных знаний и социального опыта, обеспечивает физическую активность детей, является основой для их самостоятельной двигательной деятельности.

Не нужно забывать про гимнастику и дома.

Предлагаем провести зарядку вместе с нами. **(ВИДЕО)**

Спасибо ув.родители за ваш энтузиазм, неугасаемую энергию, эмоциональный отклик.

Ведущий: Уважаемые родители, вашему вниманию хотелось бы представить небольшую видеопрезентацию на тему **«Растём крепкими, здоровыми и жизнерадостными»** с участием наших воспитанников. *(СТИХИ-ВИДЕО от наших воспитанников для родителей)*

Рефлексия.

Ведущий: Ну, вот и подходит к концу наша встреча. Мы очень надеемся, что все то, о чем мы сегодня говорили было полезным. И напоследок я предлагаю Вам поделиться своим жизненным опытом и предлагаю поиграть в игру **«Неоконченное предложение»**.

А предложение будет у нас одно для всех:

- **Мой ребёнок будет здоров**, если будем... каждый день делать гимнастику.
- **Мой ребёнок будет здоров**, если будем ... соблюдать правила личной гигиены.
- **Мой ребёнок будет здоров**, если будем... заниматься физкультурой.
- **Мой ребёнок будет здоров**, если будем ... соблюдать режим дня.
- **Мой ребёнок будет здоров**, если будем ... правильно и вовремя питаться и т.д.

И я хочу, чтоб вы отразили это на **Дереве Здоровья**. *(Каждый родитель подписывает листочки и закрепляет на общее дерево)*. Благодарю всех за работу!

Подведение итогов.

Ведущий: Уважаемые родители! Помните, что здоровье ребенка в Ваших руках!

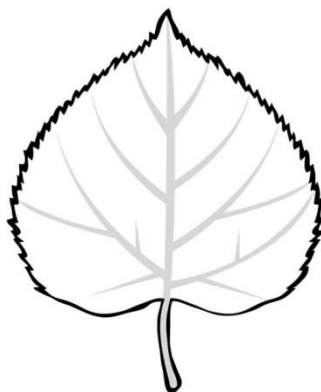
Лучший способ приобщить ребенка к здоровому образу жизни – это показать **на собственном примере**, как нужно относиться к физкультуре и спорту. Если ребенок видит, что родители испытывают удовольствие от здорового активного досуга, они обязательно будут им подражать.

Родители - лучший пример для детей.

А в подарок мы приготовили для вас небольшие памятки здоровья, чтобы вы не забыли о нашей встрече и думали о своем здоровье и здоровье своих детей.

Раздать родителям «Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей»

Спасибо за внимание.



Мой ребенок будет здоров, если

Уважаемые родители! (памятка)

Способствуйте становлению у детей ценностного отношения к здоровому образу жизни:

- ❖ Учите бережному отношению к своему организму, представлению о том, что полезно и что вредно для здоровья, овладению необходимыми гигиеническими навыками.
- ❖ Создавайте возможность для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях, закаляющих процедурах, утренней гимнастике и др.
- ❖ Приучайте детей осознанно относиться к здоровому и полезному питанию.
- ❖ Создайте условия для двигательной активности в домашних условиях.
- ❖ Поддерживайте интерес ребенка к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжкам, лазанию и другом и др.
- ❖ Выполняйте вместе с детьми физические упражнения, которые помогут развить координацию движений, ловкости, гибкости и быстроты.
- ❖ Формируйте у ребенка представление о своем теле, своих физических возможностях.
- ❖ Организуйте физкультурные занятия, спортивные игры в помещении и на воздухе.
- ❖ Развивайте у ребенка интерес к различным видам спорта: катанию на коньках, лыжах, езде на велосипеде, плаванию и др.

Здоровья и счастья Вам и вашим детям!

Уважаемые родители! (памятка)

Способствуйте становлению у детей ценностного отношения к здоровому образу жизни:

- ❖ Учите бережному отношению к своему организму, представлению о том, что полезно и что вредно для здоровья, овладению необходимыми гигиеническими навыками.
- ❖ Создавайте возможность для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях, закаляющих процедурах, утренней гимнастике и др.
- ❖ Приучайте детей осознанно относиться к здоровому и полезному питанию.
- ❖ Создайте условия для двигательной активности в домашних условиях.
- ❖ Поддерживайте интерес ребенка к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжкам, лазанию и другом и др.
- ❖ Выполняйте вместе с детьми физические упражнения, которые помогут развить координацию движений, ловкости, гибкости и быстроты.
- ❖ Формируйте у ребенка представление о своем теле, своих физических возможностях.
- ❖ Организуйте физкультурные занятия, спортивные игры в помещении и на воздухе.
- ❖ Развивайте у ребенка интерес к различным видам спорта: катанию на коньках, лыжах, езде на велосипеде, плаванию и др.

Здоровья и счастья Вам и вашим детям!

Уважаемые родители! (памятка)

Способствуйте становлению у детей ценностного отношения к здоровому образу жизни:

- ❖ Учите бережному отношению к своему организму, представлению о том, что полезно и что вредно для здоровья, овладению необходимыми гигиеническими навыками.
- ❖ Создавайте возможность для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях, закаляющих процедурах, утренней гимнастике и др.

- ❖ Приучайте детей осознанно относиться к здоровому и полезному питанию.
- ❖ Создайте условия для двигательной активности в домашних условиях.
- ❖ Поддерживайте интерес ребенка к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжкам, лазанию и другом и др.
- ❖ Выполняйте вместе с детьми физические упражнения, которые помогут развить координацию движений, ловкости, гибкости и быстроты.
- ❖ Формируйте у ребенка представление о своем теле, своих физических возможностях.
- ❖ Организуйте физкультурные занятия, спортивные игры в помещении и на воздухе.
- ❖ Развивайте у ребенка интерес к различным видам спорта: катанию на коньках, лыжах, езде на велосипеде, плаванию и др.

Здоровья и счастья Вам и вашим детям!

Семинар-практикум для родителей в рамках работы РОУ

«Родительские уроки»

подготовила зам.зав. по ВМР Кудрина Е.В.

Цель: повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания и обучения ребенка.

Ведущий семинара: Кудрина Е.В.

Ведущие уроков: Педагоги ДОУ Зубова Я.Л., Зыкова Е.В., Аксентий К.Ю., Смирнова А.В., Бубнова А.В., Иванова И.Н.; учителя начальных классов: Солончук Ю.В., Осипова К.А., Малиновская Т.В.

Тьюторы: Власенко Т.А., Нуриахметова Т.П., Тимченко О.В.

Ведущий: Добрый вечер, уважаемые родители! Нам приятно видеть вас, мы благодарим за то, что нашли возможность прийти на наше мероприятие. Наша сегодняшняя встреча посвящена обсуждению вопроса перехода детей из детского сада в школу. Прежде, чем приступить к основной части нашей встречи, я бы хотела провести с вами небольшую психологическую зарядку.

Психологическая зарядка

1. Все те, кто знает, что такое школьная зрелость – хлопните в ладоши.
2. Если вы считаете, что ваш ребенок уже готов к школьному обучению – топните ногой.
3. Покачайте головой все те, кто считает, что школа – это страшно и сложно.
4. Для кого главным критерием в выборе школы является ее престижность и современная программа – постучите себя кулаком в грудь.
5. Если поступление вашего ребенка в школу для вас событие важное и значимое, то подмигните глазом.
6. Если в вашей семье приняты единые требования в воспитании и обучении ребенка – дотроньтесь до кончика носа.
7. Если вы делаете все возможное, чтобы вашему ребенку было комфортно в семье – погладьте себя по голове.
8. Улыбнитесь все те, у кого хорошее настроение.

Начало школьной жизни – серьезное испытание для детей, так как оно связано с резким изменением всего образа жизни ребенка. Он должен привыкнуть:

2 слайд .

- **к новому взрослому, к коллективу;**
- **к новым требованиям;**
- **к повседневным обязанностям.**

И каждый без исключения ребенок проживает процесс приспособления к школе (процесс адаптации). И естественно, чем больше у ребенка есть нужных умений, качеств, тем быстрее и безболезненно он сумеет адаптироваться.

Но для некоторых детей оказываются школьные требования слишком трудны, а распорядок слишком строг. Для них период адаптации к школе может быть травмирующим. Многих трудностей можно избежать, если вовремя обратить на них внимание.

Как вы думаете, на ваш взгляд, какими качествами должен обладать будущий школьник? Что по-вашему должен знать ребенок на пороге школы? (*Высказывания родителей*).

3 слайд (целевые ориентиры) А вот что говорит федеральный государственный образовательный стандарт в виде целевых ориентиров, которые выступают основанием преемственности дошкольного и начального общего образования

4 слайд И если объединить все ваши ответы, и то что видите на слайде можно сделать вывод о том, что готовность детей к школе состоит из готовности **физической, интеллектуальной, психологической.**

О психологической готовности нам сегодня немного расскажут наши гости педагог-психолог МОУ СОШ № Осипова К.А.

5 слайд. Ведущий :Физическая готовность – это:

- хорошее состояние здоровья,
- достаточный уровень развития двигательных и физических качеств (ловкость, увертливость, быстрота, сила, выносливость и др.),
- достаточный уровень развития культурно – гигиенических навыков и привычек,
- закаливание организма, выносливость, хорошая сопротивляемость к заболеваниям,
- хорошо развитая мелкая моторика руки (для письма).

6 слайд Интеллектуальный аспект готовности к школе – это уровень развития познавательной сферы психики. Он затрагивает такие психические функции, как восприятие, внимание, память, мышление, речь, а также развитие тонких движений руки и их координации.

Как мы педагоги все это развиваем в детях, через какие деятельности, сегодня вам продемонстрируем. А вы станете активными участниками. Сегодня вы первоклассники и побываете на школьных уроках.

(Педагоги проводят урок с родителями, поясняют, решаемые задачи в той или иной деятельности, рассказывают о используемых формах, методах работы, затем родители выполняют практические задания)

слайды (звонит звонок) 1. Урок математики Зыкова Е.В. МДОУ № 27, воспитатель (Познавательное развитие. РЭМП, графический диктант)

слайды 2.Урок. Русский язык. Логопед Иванова И.Н. учитель –логопед МДОУ № 27 и Малиновская Т.В. учитель-логопед МОУ СОШ № 8 (Речевое развитие. Обучение грамоте., составление предложений; составление звукового анализа слов по схемам).

слайды 3.Урок. Музыка Смирнова А.В. музыкальный руководитель МДОУ № 27 (Художественно-эстетическое развитие. Музыкальная деятельность, приемы по приобщению к музыке)

слайды 4.Урок. Окружающий мир Аксентий К.Ю., воспитатель МДОУ № 27 и Солончук Ю.В. учитель начальных классов МОУ СОШ № 8 (Познавательное развитие. Я познаю мир., экологическое воспитание- сортировка мусора)

слайды 5. Урок. Труд. Зубова Я.Л., воспитатель МДОУ № 27 (Художественно-эстетическое развитие. Продуктивная деятельность: лепка, аппликация, рисование, ручной труд, конструирование – изготовлении интерактивной игрушки)

слайды 6. Урок. Физкультура Бубнова А.В., инструктор по физической культуре МДОУ № 27 (Физическое развитие. Двигательная деятельность, зарядка на внимание)

Ведущий Предстоит подготовка не только физического, мотивационного и интеллектуального плана, но и материального. Вам предстоит купить не только форму, портфель, но и правильно организовать школьное место вашего первоклассника. Каким вы его видите? *(ответы родителей).*

Слайд . (разные уголки) «Школьное рабочее место». Обратите внимание на слайд. Какой уголок дошкольника вам кажется наиболее располагающим, комфортным. Какие видите ошибки в организации учебного уголка.

Слайд . (фото –показ обустройства рабочих мест в доме)А вот что предлагают психологи, специалисты по организации учебной зоны.

И в конце, что думают ваши дети о школе. Мы им задали такие вопросы: Что такое школа.....Когда я пойду в школу. то..... Если я получу пятерку.....Какие уроки в школе.....Зачем идти в школу.....Почему ты хочешь идти в школу.....) ***(показ видео)***

-Всё, уважаемые родители, в ваших руках, любите своего ребенка таким, какой он есть, уважайте его индивидуальность, будьте внимательными к его жизни, к его настроению, желаниям.

- Почти в конце каждого занятия мы с ребятами проводим рефлекссию, т.е. даем самооценку. Вас, дорогие родители, тоже просим это сделать.

Рефлексия

Раздаем памятки