

Памятка "Формируем здоровый образ жизни"

1. Новый день начинайте с улыбки и с утренней разминки.
2. Соблюдайте режим дня.
3. Любите своего ребенка и уважайте всех членов вашей семьи.
4. Обнимайте ребенка минимум 4 раза в день.
5. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
6. Помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.
7. Показывайте ребенку личный пример здорового образа жизни.
8. Используйте естественные факторы закаливания – солнце, воздух, и воду;
9. Внимательно относитесь к тому, что вы едите: еда должна быть простой, полноценной, не перегруженной искусственными добавками или консервантами.
10. Лучший вид отдыха – прогулка с семьей на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребенка – совместная игра с родителями.

Памятка "Воспитываем гармоничную личность"

1. Любите своего ребенка, и пусть он никогда не усомнится в этом.
2. Принимайте ребенка таким, как он есть – со всеми его достоинствами и недостатками.
3. Верьте в возможности своего ребенка.
4. Не пытайтесь реализовать в ребенке свои несбывшиеся мечты и желания.
5. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, не ставьте их в пример.
Помните, что каждый ребенок неповторим и уникален.
6. Старайтесь внушать ребенку веру в себя и свои силы.
7. Создайте условия для успеха ребенка, дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым.
8. Не рассчитывайте на то, что ребенок вырастет таким, как вы хотите.
9. Стремитесь понять своего ребенка, ставьте себя на его место.
10. Всегда проявляйте терпение и благоразумность в общении с ребёнком.
11. Помните, что жестокость и грубость порождает агрессию и злость, а любовь и доброта рано или поздно принесут свои плоды!
12. Будьте хорошим примером для своего ребенка, лучше всего воспитывают не слова, а дела.



Консультация «Зима — это скучно или интересно»

Скворцова Н.М

Консультация «Зима — это скучно или интересно»

В детском саду ведется активная работа по здоровью сбережению, физическому развитию детей, повышению двигательной активности. Этому способствует созданная доступная и безопасная предметно-развивающая среда: музыкально - спортивный зал с соответствующим оборудованием, физкультурные уголки в групповых комнатах с оборудованием для спортивных игр, кабинет логопеда, спортивные площадки. Вот такова модель организации физкультурно-оздоровительной деятельности. Работа по здоровьесбережению реализуется посредством физкультурных занятий, режима дня, воспитанию культурно-гигиенических навыков, спортивных досугов, прогулок, различных гимнастик и многое другое. Наибольшую пользу для оздоровления и закаливания детей мы считаем приносят спортивные праздники, организованные на открытом воздухе в любое время года.

Зимний спортивный праздник – одна из форм активного отдыха детей и взрослых. В ходе праздника осуществляется решение целого ряда задач, но одновременно ставится главная задача, в соответствии с которой подбирают тематику и содержание, приемы и методы работы. Необходимо, чтобы все дети принимали активное участие в подвижных играх, эстафетах, танцах – играх. Широкое использование разных игровых приемов, упражнений, загадок, музыкальных произведений способствует положительному эмоциональному настрою детей активному применению приобретенных ранее двигательных умений и навыков.

Доминирующие задачи :

- Формировать здоровый образ жизни.
- Воспитывать стойкий интерес к физкультуре и спорту.
- Позабавить детей, доставить им удовольствие.
- Демонстрировать спортивные достижения.
- Воспитывать интерес к государственным праздникам.
- Формировать познавательную активность.

Немаловажное значение имеет тот факт, что при решении физкультурно-оздоровительных задач мы привлекаем родителей. И это даёт большой положительный результат. При проведении в саду Малых олимпийских игр, зимних забав родители воспитанников активно участвуют в эстафетах, соревнованиях, с удовольствием и артистизмом исполняют роли героев праздника.

Детский спортивный праздник на улице, это всегда веселое и здоровое времяпровождение детей. Для того, чтобы праздник удался, важно заранее продумать, где будет проводиться мероприятие, сколько детей, и какого возраста будет принимать участие в конкурсах (будет ли это им интересно? смогут ли они это сделать, и, конечно же, оформление, плюс наличие спортивных снарядов.

Зимние забавы являются эффективной формой активного отдыха детей, способствуют приобщению к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают такие черты характера, как коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам. Эстафеты, соревнования на улице воспитывают у дошкольников здоровый образ жизни, учат их быстро и правильно мыслить, развивают командный дух.

Методика организации любого праздника или досуга – достаточно сложный процесс. При составлении плана сценария необходимо предусмотреть чередование игр и соревнований с высокой физической нагрузкой и эмоциональным наклоном и заданий, направленных на снятие напряжения, сочетать знакомые детям задания с включением новых атрибутов, музыки, персонажей. Особое внимание нужно уделить музыке и подготовке средств ее трансляции на улице. Следует продумать музыкальное сопровождение для всех моментов. Поддержанию интереса, созданию хорошего праздничного настроения способствует включение в содержание праздника «сюрпризного» момента — неожиданное появление Зимы, Деда Мороза после новогодних праздников, Снегурочки, веселых скоморохов и других сказочных героев. Их общение с детьми и гостями праздника, участие в играх, танцах, награждении победителей эстафет и соревнований оживляет праздник, привлекает внимание к происходящему, доставляет детям много веселья и радости, надолго остается в памяти.

Эффективность физкультурно – оздоровительной работы с дошкольниками напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания педагогов – специалистов, медицинских работников, родителей воспитанников и всего коллектива. Только совместными усилиями можно достичь поставленных задач.