

Красновишерский городской округ, МБДОУ «Солнышко»

Семейный клуб «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я»

Авторы: Коряковцева Т.В., Князева Г.Н.

Актуальность.

В разный период времени дошкольная педагогика искала возможность более плодотворного сотрудничества с родителями, возможности их вовлечения в организацию образовательной и воспитательной деятельности ДОУ и каждой группы в отдельности. Необходимость заключается в надежном партнерстве ДОУ и семьи с одной глобальной целью – гармоничного развития ребенка с самого младенчества.

С принятием ФГОС в РФ и вступившей с этого учебного года ФОП, где такое партнерство семьи и сада закреплено документально, мы ищем возможности разнообразить и закрепить дружеские, партнерские отношения с семьями воспитанников с самого первого дня появления малыша в группе.

Во ФГОС говорится, что работа с родителями должна иметь дифференцированный подход, учитывать социальный статус, микроклимат семьи, родительские запросы и степень заинтересованности родителей деятельностью ДОУ, повышение культуры педагогической грамотности семьи. Подчеркнуто, что одним из принципов дошкольного образования является сотрудничество организации с семьёй, родители должны участвовать в реализации программы, в создании условий для полноценного и своевременного развития ребенка в дошкольном возрасте, чтобы не упустить важнейший период в развитии его личности. Родители должны стать активными участниками образовательного процесса, участниками всех проектов, а не просто сторонними наблюдателями. Таким образом, активная совместная деятельность педагогов и родителей в особом приоритете.

Детство - это период, когда закладываются основы личности, период, который так или иначе влияет на всю последующую сознательную взрослую жизнь человека. Огромное значение для ребенка имеют люди, находящиеся рядом с ним с самого рождения. Это, в первую очередь, родители и педагоги.

От мамы и папы, их взглядов на жизнь, отношения друг к другу, от принципов воспитания зависит то, каким взрослым станет впоследствии их ребенок. В результате общения ребенка с близкими взрослыми, он приобретает опыт действий, суждений, оценки, что проявляется в его поведении, формирует его характер. Большое значение имеют положительные примеры отца и матери — как образцы для подражания, а также родительское слово — как метод педагогического воздействия.

Приводя ребенка в ДООУ, родители доверяют не только присмотр и уход, но и воспитание, развитие, здоровьесбережение своего малыша педагогам. Воспитатели и родители должны быть едины в совместном стремлении помочь каждому ребёнку приобрести необходимые личностные качества. Сотрудничество семьи и педагогов - необходимое условие при воспитании ребенка и полноценного развития его как личности.

Поиск новых форм работы с родителями остается всегда актуальным для нас. Все традиционные формы - родительские собрания, консультации, семинары – уже не столь эффективны в решении родителями практических задач воспитания. В их рамках не всегда возникает возможность достаточно полно обсудить проблемы развития детей и рассмотреть особенности детско-родительских взаимоотношений.

Мы вывели на новый уровень такую форму взаимодействия с родителями, которая бы заинтересовала их, способствовала взаимодействию создания условий развития самостоятельности, коммуникабельности и уверенного поведения ребенка как в период адаптации детей в группе, так и в дальнейшем его пребывании в саду в комфортной для всех атмосфере. И этой «новой» формой стал наш семейный клуб «Детский сад плюс семья чтобы развивался Я». Наш семейный клуб - лига, с её обновленным методическим кейсом, выстроила свои отношения с семьей на принципах открытости, свободы мнений, оптимизма, оригинальности, добровольности и освоения принципов здоровьесбережения малышей и родителей.

Цель: создание благоприятных условий для раннего развития и ранней социальной адаптации детей на основе здоровьесберегающих технологий с помощью и при полной поддержке семей малышей.

Задачи:

1. Создать единое рабочее пространство для прочного союза родителей и педагогов в развитии наших малышей через совместные тематические встречи, онлайн-площадку, спортивно-игровые забавы и обновление РППС группы и участка для прогулок.
2. Формировать и повышать у всех членов семьи информационную и педагогическую компетентность, осознание их значимости для здоровьесбережения, создания и сохранения семейных традиций и воспитания детей;
3. Создать условия для активного участия семьи в жизни группы для развития, воспитания и обучении наших детей;
4. Помочь родителям создать в семье комфортную обстановку для развития ребенка, укрепления физического и психического здоровья и активного здоровьесбережения через закаливание, кинезиологию и другие активные инновационные методы;
5. Выявить, раскрыть и поддержать положительные личностные качества всех членов семей необходимые для сотрудничества с малышом, друг другом и педагогами;
6. Раскрыть перед семьями многообразие самостоятельных занятий с детьми, направленных на всестороннее их развитие и здоровьесбережение;
7. Привлечь внимание каждой семьи к самоценности и неповторимости ребенка раннего возраста через организацию разнообразной совместной деятельности взрослых и детей.
8. Способствовать эффективному развитию эмоционально-волевой сферы малыша, повысить знание ребенком своих эмоциональных проявлений

и взаимоотношений с другими детьми и людьми и, тем самым, гармонизировать развитие его личности в целом.

Для решения поставленных задач, нами была разработана программа семейной лиги – нашего семейного клуба - «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я.»

Предварительная работа:

- анкетирование родителей по изучению их запросов по воспитанию и развитию малышей.
- подбор и изучение литературы по созданию «Семейного клуба» в др. ДОО, анализ их опыта работы.
- составление годового плана работы на основании запросов родителей и опыта наблюдений за принятыми в группу малышами (учитывая их индивидуальные потребности и способности)
- создание и обновление необходимой РППС группы;
- привлечение по предварительной договоренности узких специалистов ДОО и вне его.
- создание закрытой родительской группы в сообществе ВКонтакте для более полного охвата родителей и корректной обратной связи.

Наш семейный клуб был создан в 2022 году в 1-ой младшей группе «Веселый поезд» и существует уже второй год. Участниками клуба стали все без исключения дети и родители, а также бабушки, тёти, старшие братья и сёстры. С энтузиазмом и радостью поддержали взрослые члены семьи наше начинание, активно принимали участие во всех мероприятиях, сами становились генераторами идей и организаторами целых проектов. Маленькие участники нашей дружной семейной лиги т.е. клуба - испытывали невероятное чувство гордости за своих родителей, эмоциональный подъём, следовавший за успехами, приобретенными умениями и знаниями, активно включались с членами семьи в любую совместную деятельность.

Работа клуба разнообразна и активна, она включает в себя различные формы: развлечения, «Тематические круглые столы», посещения бассейна,

собрания, викторины, спортивные и музыкальные мероприятия, фольклорные посиделки, стройную систему закаливания и кинезиологические упражнения, соревнования и разнообразные подвижные игры. При планировании мероприятий мы старались придерживаться принципов здоровьесбережения, значимых для формирования у малышей основ ЗОЖ, самообслуживания, любви и уважения к семье, укрепляя тем самым, семейные узы и наши партнерские отношения.

Предполагаемые результаты:

1. Удовлетворены потребности семей в услугах дошкольного образования детям 2-3 лет.
2. Наблюдается позитивное психоэмоциональное состояние детей, их мягкая адаптация и социализация в детском коллективе и во взаимоотношениях со взрослыми.
3. Повысилась педагогическая и информационная компетентность родителей в вопросах семейного воспитания и развития детей раннего дошкольного возраста.
4. Ознакомлены родители с современными видами игровых средств обучения, здоровьесбережения и развития детей раннего возраста.
5. Накоплен практический опыт сенсорного развития младших дошкольников.
6. Созданы условия для раскрытия творческого потенциала детей через подвижные игры, театр, лепку, рисование, конструирование, творческие и спортивные праздники и другие виды деятельности.
7. Проведено обучение всех желающих членов семей эффективным формам взаимодействия с малышами: игровым, театральным, кинезиологическим и мн.др.

План мероприятий клуба «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я»:

№	Наименование мероприятий	Сроки	Ответственные, РППС

1	<p>Круглый стол – Знакомимся сами, становимся друзьями.</p> <p>Адаптация и здоровье.</p> <p>Танцевальный марафон.</p> <p>Цель: познакомиться друг с другом, с семейными традициями, интересами, детьми старшими и младшими в семьях и обменяться опытом по воспитанию и развитию наших малышей.</p>	сентябрь	<p>Воспитатели.</p> <p>Приготовить погремушки для танца, шапочки медведей, запись муз.произведений: танец с погремушками, «Мишка косолапый», «Зайка серенький сидит...», «Зашагали ножки, топ, топ, топ...»</p> <p>Подготовить памятки для родителей по адаптации.</p>
2	<p>В стране здоровых ребятешек – творческая встреча с родителями по начинающему свою работу в группе проекту «Здоровая семья».</p> <p>Цель: познакомить родителей с технологиями здоровьесбережения детей и всей семьи по закаливанию, артикуляционной и дыхательной гимнастикой.</p>	октябрь	<p>Воспитатели</p> <p>Приобрести заранее по договоренности с родителями массажные коврики и корректирующие дорожки сделанные руками родителей, 5 тазов для закаливания, дорожку из вафельного полотна под тазы и для растирания ног малышам, вафельные полотенца, водные градусники.</p>

3.	<p>Кукольный спектакль с родителями – Теремок.</p> <p>В сказку играем - детей развиваем.</p> <p>Цель: разнообразить внутренний мир ребенка через фольклор, театральную драматизацию, дать возможность испытать радостные эмоции, насладиться увиденным; заострить внимание родителей на благотворном влиянии фольклора на эмоциональном состоянии малыша, повысить пед. компетенцию родителей.</p>	ноябрь	<p>Воспитатели.</p> <p>Подготовка с помощью родителей фольклорного мини-музея «Собачка Жучка» - книжки, пазлы, разнообразные игрушки собак: каталки, погремушки, механические и электрические, заводные собачки, мягкие, резиновые, киндер собачки и т.д.</p> <p>Подготовить серию потешек, стихов про Жучку.</p> <p><u>Обновление РППС</u> в центре театра и книги – связать новых кукол для театральной деятельности.</p>
4.	<p>Спортивно-развлекательное мероприятие «Мой веселый звонкий мяч».</p> <p>Цель: познакомить семьи воспитанников и самих малышей с многообразием игр с мячом, со свойствами мяча и его</p>	декабрь	<p>Воспитатели и физ.рук. ДОУ</p>

	возможностями здоровьесбережении детей.	В	
5	Спортивно-развлекательное мероприятие «Этот изумительный снежный тюбинг» Цель: обогащение и укрепление эмоционального и физического здоровья детей и семей в целом при активном движении – игре зимой на улице.	январь	Воспитатели Атрибуты: - тюбы, мячи, кольца, кубики, ориентиры, вёдра, тазы, снеголепы.
6	Добрый доктор Айболит витамины есть велит. Веселые соревнования для пап и малышей. Цель: Создать радостную, веселую атмосферу праздника, укрепить семейные узы, удовлетворить двигательную активность детей.	февраль	Воспитатели Атрибуты: 4 ведра (красное, синее, зеленое, желтое), ориентиры – штук 20, маленькие мячики – по числу ориентиров, пластмассовые шарики – по 10-15 шт. основных цветов – красные, зеленые, синие, желтые; колечки пластмассовые (с кольцеброса) – 10-15 шт., кубики и кирпичики по 10 – 15 шт., 2 таза, муляжи фруктов и овощей.

			РППС: обновить костюмы в центре с/р игры (докторов и поваров)
7	Музыкальная гостинная – «Поём и играем, здоровье обретаем» (встречу проводим в муз зале) Цель: познакомить родителей с очередной технологией здоровьесбережения и развития слуха – семейным пением посредством мастер-класса обучить их применять данную технологию в своей семье.	март	Воспитатели и муз. руководитель ДОУ. Атрибуты и РППС для проведения - тексты песен и муз игр: «Птичка маленькая, птичка славенькая...» А. Филиппенко, «Зайка-зайка, маленький зайка...» русская народная песня в обработке Г.Лобачева, слова – Т.Бабаджан, «Маленькой птичке зернышки я дам, дам, дам...» Т.Потапенко, слова – Н.Найденовой, и тексты поющих потешек и пальчиковых игр; игрушку птичку на веточке, плоску с зерном, игрушку зайку и морковки штук 15.

8	<p>«Что нужно знать родителям о водном закаливании. Бассейн как форма оздоровления и закаливания».</p> <p>Цель: расширить знания родителей о бассейне, как одном из методов закаливания детей и взрослых, прекрасной технологии развития и здоровьесбережения всей семьи в целом.</p>	апрель	<p>Воспитатели, педиатр, плаврок ДОУ.</p> <p>РППС: консультация по водному закаливанию как в родительском уголке приемной, так и онлайн в группе ВК.</p>
9	<p>Кинезиология – как здоровьесберегающая технология физического и психического здоровья всей семьи.</p> <p>Цель: познакомить родителей с одной из технологий здоровьесбережения – кинезиологией и посредством мастер-класса обучить их применять данную технологию в своей семье.</p>	май	<p>Воспитатели.</p> <p>РППС. атрибуты: 3 нейроскалки, 15-18 квадратов массажного коврика, 5-6 трафаретов ладошек и стоп, массажные мячи и шары разных диаметров, шарики су-джок – 6-8 шт.2 кольцеброса, кирпичики и кубики лего по 4 шт., запись ритмичной музыки разной по темпу.</p> <p>Балансиры и дорожка-балансир.</p> <p>Буклеты для родителей «Веселая кинезиология»</p>

Сентябрь 2022. Круглый стол – Знакомимся сами, становимся друзьями.

Адаптация детей и помощь в ней семьям воспитанников.

Цель: познакомиться друг с другом, с семейными традициями, интересами, детьми старшими и младшими в семьях и обменяться опытом по воспитанию и развитию наших малышей.

Задачи: воспитывать дружеское, доброжелательное отношение к друг другу, детям и педагогам в группе;

- развивать интерес к разным методам и формам семейного воспитания, и традиций семьи;

- развивать информационную и педагогическую компетентность родителей и других членов семей по адаптации детей в ДООУ.

Воспитатель: Мы рады видеть Вас на нашей первой встрече. Сегодня у нас с Вами первая встреча нашего семейного клуба, которую мы назвали от имени наших малышей - «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я». Так как детский сад - это новый период в жизни не только ребёнка, но и некоторых из вас – наших уважаемых родителей. Нам с Вами предстоит прожить вместе несколько самых драгоценных, неповторимых, самобытных лет вступающего в радостную жизнь ребенка и проживающего им самое ценное своё детство здесь, в нашей группе «Веселый поезд» под нашим с вами крылом и с предложенным нами для него развитием по его потребностям, интересам и далеко идущими запросами. Как мы с вами будем сотрудничать, какими станем с вами партнерами, сколько души и сил вложим в совместные проекты, развивающие игры, встречи, мероприятия, методы здоровьесбережения и многое другое, что может быть ещё придумается и реализуется в нашем семейном клубе, именно столько эмоций, умений, качеств и здоровья (как психического, так и физического) обретут наши малыши и основательно адаптируются в новых, но таких захватывающих, родных и, конечно, любимых условиях детского сада и конкретно, нашей группы. Уверены, что мы все очень этого желаем и приложим все усилия, чтобы добиться

прекрасного результата! Итак, Добро пожаловать в наш семейный клуб!!! С открытием, в добрый путь.....

Отвели бутуза в сад-
Мама рада, папа рад:
Не мешает им никто
Делать это, делать то.

Можно спать до 10
На прогулку не идти,
Нож забыть на видном месте
Выпить кофе граммов 200

Можно, не в ущерб хвосту
С антресолей слезть коту,
Можно час болтать с подружкой,
Можно печь полдня ватрушки,

Можно поваляться в ванной,
Или с книжкой на диване,
На базар сходить за сыром
И убрать всю-всю квартиру!

Это и с бутузом можно
Только очень-очень сложно

Час прошел, и 2 и 3
Что-то тягостно внутри.
Без бутуза в доме пусто,
Без бутуза в доме грустно...
Ну-ка папа, быстро в сад
Возвращай дитё назад!

...И опять дрожит весь дом...
Завтра снова поведем!

Итак, Вы привели своих детей в детский сад и у нас с Вами одна общая цель, сделать их пребывание здесь комфортным, безопасным, интересным, увлекательным, познавательным и т. д.

Во время пребывания ребенка в детском саду все мы (дети, педагоги, родители) составляем треугольник. Как Вы думаете, что произойдет с трехногим табуретом, если подломится одна ножка? (упадет) Вот именно, упадет! Вспомните басню Крылова «Лебедь, рак и щука» где говорится: «Когда в товарищах согласья нет на лад их дело не пойдет, выйдет из него не дело, только мука!» Следовательно, мы с вами будем объединять усилия для того, чтобы детям было интересно и комфортно в детском саду и здесь, конечно, очень важно наличие взаимопонимания и поддержки.

Тренинговое упражнение «Клубочек».

Воспитатель держит в руках клубочек и предлагает родителям немного рассказать о себе, о своей семье, о своих методах воспитания, семейных традициях, в общем всё то, чем они хотели бы поделиться. Сначала воспитатели рассказывают о себе, наматывают на палец нитку и, затем передают клубок по кругу. В итоге, когда клубок возвращается к воспитателю, получается замкнутый круг.

Воспитатель:

Уважаемые родители. Посмотрите, пожалуйста, каждый из нас соединён ниточкой и не просто ниточкой, а нитью нашего семейного клуба, которая нас будет связывать на протяжении 5 лет. Наша нить должна быть настолько прочной, насколько это возможно ради здоровья и счастливого детства наших детей! Мы как большая семья, будем действовать вместе. Всегда надо помнить, что семья – это главный воспитатель, а детский сад создан в помощь родителям.

Упражнение «Пожелание»

Родители встают в круг, воспитатель пускает по кругу бубен.

Ты катись, веселый бубен,

Быстро-быстро по рукам.

У кого веселый бубен,
Пожелание скажет нам.

Здорово, спасибо вам, дорогие, за такие теплые слова пожелания, думаем, что они обязательно сбудутся с вашей поддержкой и помощью.

- А теперь давайте познакомимся получше. В первый круг встаньте родители, у которых один ребенок, во второй родители двоих детей, в третий, соответственно, родители троих и более детей. Во как!!! Победили многодетные, молодцы!!!

А теперь посмотрим кого у нас в группе больше мальчиков или девочек? В первую группу объединяться родители девочек, во вторую- мальчиков. Ура, нас поровну!!!

- А теперь поиграем в Разведчиков. Встаньте в круг. Ваша задача найти себе пару, встретившись друг с другом глазами и встать вместе. А теперь попрошу Вас в парах выполнить задания. Встаньте, пожалуйста, спина к спине, рука к руке; *поменяйтесь парами!* плечо к плечу, нога к ноге; *поменяйтесь парами!* Колено к колену, локоть к локтю. *Встаньте в круг!* Плечо к плечу, ладонь к ладони;

Мы с вами поиграли, познакомились и теперь с удовольствием поговорим о наших малышах и скорее позовем их к нам, т.к. мы уже очень по ним соскучились.

Какое счастье! Ваш малыш подрос!

И многое уже умеет сам:

Играет, ходит, говорит и размышляет.

Пришла пора ребёнка в сад отправить.

Тревожно маме, папе, всей семье, переживает даже серый кот –

Малыш сегодня в детский сад идёт!

Вздыхает мама - как он там один?

Не плачет ли? Как кушает? Что с ним?

Играет ли с детьми? Нашёл ли друга?

И так переживания по кругу...

А если плачет – как же быть?

Не хочет в детский сад ходить?

– но почему? И что всё это значит?! Что делать?

Как же все исправить?

Всех адаптация переживать заставит!

И ваши опасения не случайны. Отрыв ребенка от дома, от родных, от привычных условий – сильный стресс. Ведь малыш принимает эту ситуацию как лишение родительской любви, защиты и внимания. Поэтому спешим Вас успокоить, утешить, что в нашей группе адаптация идет без долгих слёз, без особых истерик, т.к. многие уже привыкли и с удовольствием идут на контакт с нами. А почему??? А потому что мы играем и играми их увлекаем, и играми их развиваем, и играми их развлекаем, и играми их обучаем...

Давайте с вами проведем **небольшой эксперимент**: Мы вам каждому дадим лист бумаги – вот такой – чистый, белый, прямой, в общем такой, какой мы всегда его привыкли видеть. А вы его сейчас сожмите в кулак, так скомкайте, чтобы он туда вошел. Покажите? Так, а теперь выбросите его за спину, бросайте, бросайте... Выбросили? Хорошо!

Это упражнение помогает нам с вами понять, как чувствует себя ваш ребенок, когда вы его вдруг привели в сад и оставили с чужими тётями и детьми. Подумайте, каково ему? Его, образно говоря смяли, скомкали, да еще спиной повернулись и выбросили. Да-да, просто аховые чувства и наш малыш не зря плачет, ему непонятно, почему же мама его сюда привела...

Надо помнить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к яслям, поскольку сильно привязан к матери и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.

Что же делать? Мы обязательно дадим вам «Памятку» чтобы, применив все рекомендации, вы, вместе с нами смогли создать для малышей необходимые ему условия комфорта и положительный эмоциональный фон.

А вот и наши малыши, обнимите их скорее, крепко прижмите к себе, поцелуйте, они так этого ждали...

Мы приглашаем вас, вместе с малышами потанцевать знакомые для них танцы и всем насладиться музыкой, движениями и друг другом. Вставайте, выходите в центр и танцуйте, глядя на нас со своим малышом.

(танцуем «Танец с погремушками», «Зашагали ножки, топ-топ-топ...», «Мишка косолапый», «Зайка серенький сидит...».)

Вот как весело можно всем вместе проводить время. Спасибо вам за доверие, за равнодушие и желание на основе нашего семейного клуба укрепить отношения семьи и педагогов для адаптации, дальнейшей социализации и развития наших с вами детей. Надеемся на плодотворное сотрудничество. Вот памятки для вас, уверены, что вам будет интересно!



ПАМЯТКА родителям по адаптации детей.

Чем могут помочь родители?

Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность:

1. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде.
2. В выходные дни не меняйте режим дня ребенка.
3. Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!
4. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребёнка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).
5. Дайте в сад небольшую любимую игрушку. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке — заместителе мамы. Прижимая ее к себе они как бы чувствуют частичку дома и малыш будет гораздо спокойнее.

**Пусть
малышу
будет
хорошо**



В стране здоровых ребятишек – творческая встреча семейного клуба «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я» с семьями по начинающему свою работу в группе проекту «Здоровая семья».

Цель: познакомить родителей с технологиями здоровьесбережения детей и всей семьи.

Задачи: повышение пед.компетенции родителей в вопросах сохранения и приумножения здоровья детей и семьи в целом через знакомство с методикой закаливания Егорова Б.Б.

- формирование основ ЗОЖ семьи через мастер-класс по дыхательным упражнениям и играм, и артикуляционной гимнастике применительно к домашним условиям;

-формировать у детей умение чувствовать свой организм;

-развивать дыхательную систему детей, воспитывать желание заботиться о здоровье всей семьи.

Воспитатель: Наша с вами встреча семейного клуба посвященная проекту «Здоровая семья», будет насыщенной педагогической информацией, воспользовавшись которой, вы сможете ощутить на своей семье как работают технологии здоровьесбережения и какой результат они приносят при регулярности и терпеливом каждодневном взаимодействии с детьми и педагогами. Начнем с ознакомления с методикой раннего терморегуляционного закаливания детей с помощью водной и воздушной терморегуляции. Данную методику можно найти на сайте «Воспитатели России» в разделе «Библиотека» Проект «Воспитываем здорового ребенка.» 2020 – 2021г.

Термин «оздоровительно-воспитательная работа» был введён доктором медицинских наук, профессором Юрием Филипповичем Змановским (1928–1995) – выдающимся специалистом по возрастной физиологии, педиатром, психологом и педагогом. Большое количество статей Ю.Ф. Змановского в журнале «Дошкольное воспитание» и Программа «Здоровый дошкольник» помогли и нам приобрести теоретические и практические знания по проблеме

оздоровления детей дошкольного возраста. Залогом успешного физического развития детей является полноценная двигательная активность. Она невозможна без систематического использования циклических упражнений в ходьбе, беге и др. Длительные, равномерно повторяющиеся циклические упражнения являются наиболее важным компонентом двигательного режима ребёнка. Они на физиологическом уровне способствуют нормализации работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышают умственную и физическую работоспособность, создают и закрепляют позитивный эмоциональный фон.

Значит очень важно вам, дорогие родители, не на колясках возить детей в садик, а пешком, и, ещё лучше - бегом.

А в группе с детьми этого мы будем добиваться проводя ежедневно двигательную деятельность, т.е. физкультуру у своих малышей и утром и вечером, через подвижные игры, музыкальные игры, музыкальную зарядку и регулярные прогулки даже в непогоду (для этого есть веранды и определенное время). Многочисленные исследования, проведённые в последние годы физиологами и медиками, показали, что медленный бег, особенно на свежем воздухе, является не только эффективным средством повышения общей физической подготовленности, но и фактором укрепления здоровья детей. Поэтому мы с нашими малышами стали бегать – играть, ловить и пинать мячик, воздушный шарик, мыльные пузыри, листочки в листопад, снежинки зимой, убегать от волка, догонять зайчика и т.д. Вас, дорогие наши родители, приглашаем присоединиться к нам и вместе с детьми бегать – играть по дороге в садик и обратно, и, конечно, дома в выходные дни.

Наибольшая эффективность в использовании циклических упражнений достигается при выполнении их в сочетании с воздействием естественных сил природы – воздуха, солнца. Циклические упражнения составляют основное содержание утренней зарядки, прогулок, физкультурных и других форм организации физического воспитания. Использование циклических

упражнений в оздоровительно-воспитательной работе предполагает соблюдение ряда общих гигиенических требований:

- а) нагрузка должна возрастать постепенно;
- б) упражнения выполняются при условии формирования навыков рационального дыхания;
- в) налагается запрет на любую физическую и психическую перегрузку;
- г) выполнение упражнений должно сопровождаться у детей положительным эмоциональным настроением. Здесь и вам, и нам придется применить все своё актерское мастерство, чтобы наши детки захотели повторить за нами, играли с нами и получали при этом наслаждение и эмоциональное удовлетворение.

А сейчас поговорим о закаливании. Наибольший эффект приносят нетрадиционные методы закаливания, к которым относится создание пульсирующего микроклимата, когда при чередовании воздушных и водных ванн создаётся контраст температур.

Первый вид контрастных процедур – это водные ножные ванны. Готовим после обеда 5 тазиков – 3 с теплой и 2 с холодной водой, имеющих контрастную температуру $+37-38^{\circ}$ и $+32-31^{\circ}$. Начинаем с корригирующей дорожки, подготавливая ступни к закаливанию, затем вступаем сначала в теплый тазик, выходим на полотенце и в холодный тазик, снова на полотенце, затем повторяем переход из тазика в тазик задерживаясь на несколько сек. в каждом. Затем по сухому вафельному полотенцу и корригирующей дорожке до спальни, где каждого малыша встречает второй педагог и растирает ноги. Контраст температур можно довести до 8–10 градусов, понятно, что постепенно за год. После дети ложатся в кровать. В домашних условиях вы тазики заменяете контрастным душем, обливая ножки малыша, постепенно доводя обливание до макушки головы. Далее мы в спальне включаем колыбельные песенки, или поём деткам сами. Это уже возможность обрести крепкое психическое здоровье, включая процессы торможения нервной системы ребенка, когда малыш слышит приятную, спокойную песенку и сам успокаиваясь засыпает. Просим вас, если вы этого не делаете, подключиться к

нам и также на ночь, и в выходные дни и перед дневным сном напевать колыбельные или включать их малышу.

После сна - контрастное воздушное закаливание - проводится следующим образом: в спальне нагреваем воздух (включая радиатор) к окончанию дневного сна, а в группе температуру воздуха снижаем (проветриванием).

Дети в спальне просыпаются под звуки музыки, которая создаёт радостный эмоциональный фон. Всех высаживаем на горшки и снова кладем в кроватки. Лёжа в постели поверх одеяла, малыши выполняют в течение 1,5-2 минут несколько физических упражнений (Бодрящую гимнастику), охватывающие, по возможности все группы мышц. Например, подтягивание к груди согнутых колен с обхватом их руками и последующим выпрямлением (ёжик испугался, в комочек свернулся, полежал, полежал и снова развернулся), перекрестное и параллельное движение рук и ног, поднятых перпендикулярно, (паутинку паучок плел как маленький сынок, дядя Шнюк вот так сказал, паучок не понимал, раз и два и раз и два, заплели едва, едва), покачивание согнутых колен в правую и левую стороны (зайка ножки подогнул, в сторону их повернул, а потом в другую, посмотри, в какую... вот туда и вот сюда и ещё по два), а также различные упражнения в положении лёжа на боку и на животе, сидя. Очень важно проводить пробудительную гимнастику со стихами, как бы играя, т.к. это позволяет малышу вовлекаться и с удовольствием выполнять упражнения на эмоциях радости и бодрости.

Затем дети встают с постели и перебегают из теплого помещения в прохладное, то есть принимают воздушные контрастные ванны. Первоначально температура в тёплом помещении составляет +23–26 °, в прохладном – на 3–5 градусов ниже. Контраст температур увеличивается постепенно. Температура воздуха в тёплом помещении поддерживается с помощью обогревателей, в прохладном – понижается за счет проветривания. Во время пребывания в холодном помещении с детьми проводим подвижные

игры со словесным сопровождением или проговариванием вместе с детьми; бегаем вокруг столов по корригирующим и соляным дорожкам под быструю музыку – до 3 мин.

И снова возвращаемся в теплую спальню, где проводим подвижную игру (важно, чтобы дети прогрелись за счет движений, может быть даже некоторые вспотели немного).

И повторение выхода в более прохладную группу с бегом по соляным и корригирующим дорожкам под их любимую веселую музыку. Только после этого одеваемся.

Это наша регулярная ЗОЖ практика проводимая и запланированная на весь год в данном семейном проекте. И вас, уважаемые родители, приглашаем принять непосредственное участие всей семьёй, подключаясь к непрерывному закаливанию и в домашних условиях в выходные дни. Для Вас мы организуем родительские встречи, дни открытых дверей, спортивно-творческие мероприятия и мастер-классы по закаливанию как в домашних условиях во время водных процедур, так и во время активного семейного отдыха.

Мы подготовили для вас Документ-Согласие, который вы сможете по желанию подписать на закаливание вашего ребенка в группе детского сада. Тех детей, чьи родители будут согласны, мы и будем закалять в течении этого года при вашем активном участии и поддержке. Сразу отметим, что тех деток, которые приходят после болезни, мы ещё неделю не допустим к закаливанию, а ограничим их только хождением по корригирующим дорожкам.

А сейчас мы пригласим наших малышей и вместе с ними проведем **мастер-касс по дыхательным упражнениям**. Пока мы ждем наших ребят – несколько слов о дыхательных упражнениях и их роли в оздоровлении детей и взрослых. Дыхательным упражнениям необходимо уделять особое внимание. Дыхательная гимнастика – комплекс упражнений направленный на развитие и физиологического и речевого дыхания. Дыхательная гимнастика способствует насыщению кислородом коры головного мозга и улучшению работы всех центров, а также профилактике и лечению заболеваний

дыхательной системы. Правильное речевое дыхание – основа для нормального звукопроизношения, речи в целом. Некоторые звуки требуют энергичного сильного выдоха, сильной воздушной струи.

Критерии правильного речевого дыхания:

- Короткий вдох через нос;
- Плавный выдох, воздух выходит через рот;
- Выдох осуществляется до конца;
- После каждого выдоха должна быть небольшая пауза (2-3 секунды).

При проведении дыхательной гимнастики важно соблюдать гигиенические требования:

1. Дыхательная гимнастика проводится в хорошо проветриваемом помещении.
2. Не рекомендуется проводить дыхательную гимнастику на сытый желудок.
3. Не выполнять дыхательную гимнастику, если вы или ребёнок в плохом настроении или болен.
4. Сначала учим детей общим дыхательным упражнениям:
 - учим дышать с закрытым ртом: тренируем носовой выдох.
 - затем тренируем ротовой выдох, закрывая при этом ноздри.
5. Учим задерживать дыхание на 1-2 секунды.
6. Учим направленной воздушной струе.
7. При выполнении дыхательных упражнений не следует переутомлять ребёнка (длительность выполнения упражнений не больше 1,5 - 2 минут).
8. Ребёнок должен быть в свободной одежде, не стесняющей движения.
9. Все дыхательные упражнения проводятся плавно, под счёт, музыку.
10. Дозируйте количество и темп проведения упражнений.
11. Дыхательная гимнастика проводится с детьми в игровой форме.

Вот коротко то, что мы все должны знать. Встречайте своих малышей и разбирайте места и пособия, с помощью которых будем играть и учиться правильно дышать.

- Игры и упражнения для развития силы воздушной струи:

Игры со свистульками.

«Буря в стакане»: Задача ребёнка - дуть через трубочку в мыльный раствор.

«Лети, перышко»: кладём перо на ладошку, делаем носом вдох и сдуваем его, наблюдаем как красиво оно летит.

«Сдуй листочки с дорожки»: в этой игре нам понадобится сюжетная картинка с дорогой и много нарезанных листочков.

Задача ребёнка: подуть на листочки, чтобы освободить дорогу.

Можно также использовать снежинки или капельки, а также машинки изменяя инструкцию.

«Игра в футбол»: в тазике с водой плавает теннисный мячик, который надо «додуть» через трубочку до ворот второго игрока. (папы или мамы).

«Карандаши-спортсмены»: кладём карандаш на стол перпендикулярно ребёнку. Сначала используем круглый профиль карандаша, далее можно использовать шестигранные.

Задача ребёнка: подуть на карандаш так, чтобы он покатился по столу. Если с круглым профилем проблем возникнуть не должно, то с шестигранными карандашами нужно предпринять усилие.

«Фейерверк»: для данной игры необходимо изготовить пособие.

Нам понадобится: пластиковая бутылка, коктейльные разноцветные трубочки, которые мы мелко нарежем ножницами и сложим эти частицы в бутылочку так, чтобы закрыло 1/6 часть. Вставляем в бутылочку опять же коктейльную трубочку и просим ребёнка подуть так, чтобы устроить в ней фейерверк цветной.

Игры и упражнения для развития длительности воздушной струи:

«Вертушка»: подуй на вертушку. «Ветер» - дуем на тонкие узкие ленты султанчика, чтобы они колыхались, как на ветру.

Мыльные пузыри: чем дольше дуть, тем больше пузырей.

Силу тут надо контролировать, так как, если слабо дуть, то

пузыри не выдуваются. (что обычно и происходит на первых порах у малышей)

Духовые музыкальные инструменты: дудочки, свистульки, губные гармошки и их аналоги.

Дыхательное упражнение - раздуваем бурю (синюю, красную, зеленую или желтую) в самодельных пособиях – прозрачная пластиковая бутылка 0,2 с нарезанными мелко внутри определенного цвета коктейльными трубочками, закрыты крышками соответствующего цвета и в них вставляются также соответствующего цвета коктейльные трубочки. При сильном выдохе в трубочку в бутылке дружно начинают вертеться цветные пластинки, создавая эффект бури определенного цвета. Выглядит очень эффектно и классно. Детям нравится. Развиваем дыхание и закрепляем цвет. (Для каждого ребенка коктейльную трубочку меняем, вставляя новую, но соответствующего цвета). Предлагаем Вам, дорогие родители, дома соорудить самодельные дыхательные пособия, будь то султанчики, вертушки, или просто футбольные матчи с теннисным шариком в тазике с водой. Главное, чтобы это приносило



удовольствие всей семье и, конечно же, вашим малышам. Кто «За» - давайте устроим духовой оркестр, подуем дружно в дудочки, губные гармошки и пищалки! Спасибо, таких громких музыкальных оваций мы давно не слышали. Спасибо за внимание, всем – до свидания!

Дыхательная гимнастика

Трубан.

Сидя, кисти рук сжаты в трубочку, поднять вверх, медленный выдох с громким пронзительным звуком "ф-ф-ф". Повторить 4-6 раз.



Петух.

Встать прямо, ноги врозь, руки опустить, поднять руки в стороны, а затем хлопать ими по бедрам, выдыхая воздух, произносить "ку-ка-ре-ку". Повторить 5-6 раз

Каша кипит.

Сидя, одна рука лежит на животе, другая на груди, втягивая живот и набирая воздух в грудь, выдох - опускаю грудь и выпячивая живот, при выдохе громко произносить "ф-ф-ф". Повторить 3-4 раза.



Часики.

Стоя, ноги слегка расставить, руки опустить, размахивая прямыми руками вперед-назад произносить "тик-так-тик-так". Повторить 10-12 раз.



Гуси летят.

Медленная ходьба по залу, на вдох - руки поднять в стороны, на выдох опускать вниз с произношением длительного звука "у-у-у". Повторять 1 - 2 мин.



Семафор.

Сидя ноги сдвинуть вместе, поднимание рук в стороны и медленное их опускание вниз с длительным выдохом и произношением звука "с-с-с-с-с-с-с". Повторить 3 - 4 раза.



Паровозик.

Ходить по комнате, делая попеременно движения руками и приговаривать "чух-чух-чух". Повторять в течении 20 - 30 сек.



На турнике.

Стоя ноги вместе, гимнастическую палку держать в обеих руках перед собой. Поднять палку вверх, палку опустить назад за лопатки, длинный выдох со звуком "ф-ф-ф". Повторить 3 - 4 раза.



7

Малыш

- губы в улыбке
- приоткрыть рот
- кончиком языка погладить («покрасить») небо



8

Грибочек

- улыбнуться
- поцокать языком, будто едешь на лошадке
- присосать широкий язык к небу



9

Киска

- губы в улыбке, рот открыт
- кончик языка упирается в нижние зубы
- выгнуть язык горкой, упираюсь кончиком языка в нижние зубы



10

Поймаем мышку

- губы в улыбке
- приоткрыть рот
- произнести «и-и» и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик)



11

Лошадка

- вытянуть губы
- приоткрыть рот
- поцокать «у-у-у» языком (как цокают копытами лошадки)



12

Пароход гудит

- губы в улыбке
- открыть рот
- с напряжением произнести долгое «и-и-и...»



1

Окошко (БЕГЕМОТ)

- широко открыть рот - «жарко»
- закрыть рот - «холодно»



2

Чистим зубки

- улыбнуться, открыть рот
- кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы



3

Месим тесто

- улыбнуться
- пощелкать языком между губами - «ля-ля-ля-ля-ля»
- покусить кончик языка зубками (чередовать эти два движения)



4

Чашечка

- улыбнуться
- широко открыть рот
- амсунуть широкий язык и придать ему форму «чашечки» (т. е. слегка приподнять кончик языка)



5

Дудочка

- с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)



6

Заборчик (АНГЛИКА)

- улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы



Перечень артикуляционных упражнений для детей 2-3 лет

Условия выполнения:

1. Упражнения проводят в контексте сказки, с применением наглядного, картинного материала.
2. Проводить не менее 1 раза в день.
3. Применять упражнения в режимных моментах, на занятии, на прогулке.
4. Включать 2 упражнения для губ, одно для языка ИЛИ одно для губ, два для языка.
5. Планировать по 2-3 упражнения в неделю. В месяц не более 5 упражнений.
6. К новому упражнению переходить после полной отработки предыдущего.

Примечание: если упражнение не выработано до автоматизма, включать его в следующий месяц.

название упражнения	Цель	Инструкция по выполнению упражнения
<p>«Лягушка»</p> <p>Вот понравится лягушкам, Тянем губы прямо к ушкам. Потяну, и перестану И не сколько не устану.</p>	<p>Выработать умение удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы.</p>	<p>Улыбнуться так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. (Чтобы показать ребенку, как это сделать, надо про себя произносить звук и).</p> <p>Удерживать в таком положении губы под счет от одного до пяти – десяти.</p> <p><i>Методические указания:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Следить, чтобы при улыбке верхняя губа не подворачивалась, не натягивалась на верхние зубы. 2. Если ребенок не показывает нижние зубы, нужно научить его при сомкнутых губах опускать и поднимать только нижнюю губу. Сначала это упражнение можно проводить так: положив палец под нижнюю губу, опускать и поднимать ее. Зубы при этом сомкнуты, нижняя челюсть неподвижна.

<p>«Хоботок» Подражаю я слону. Губы хоботком тяну. А теперь их опускаю И на место возвращаю.</p>	<p>Выработать движение губ вперед.</p>	<p>Вытянуть сомкнутые губы вперед трубочкой. Удерживать в таком положении под счет от одного до пяти – десяти. <i>Методические указания:</i> 1. Следить, чтобы при вытягивании губ вперед не открывался рот; зубы должны быть сомкнуты. 2. Если ребенок не умеет вытянуть губы вперед, предложите дотянуться ему губами до конфетки, находящейся на расстоянии 1,5 – 2 см от губ, и взять ее губами.</p>
<p>«Лягушка - хоботок» Свои губы прямо к ушкам Растяну я, как лягушка. А теперь слоненок я, Хоботок есть у меня.</p>	<p>Совершенствовать умения детей чередовать движения губ вперед (хоботок) - в стороны (улыбка).</p>	<p>На счет «раз-два» чередовать упражнение «Лягушка» и упражнение «Хоботок».</p>
<p>«Окошко»</p>	<p>Вырабатывать умение детей удерживать рот в</p>	<p>На счет «раз» широко открыть рот (окошко открыто), на счет «два» закрыть рот (окошко закрыто).</p>

	открытом положении.	
«Лопаточка» Язык лопаткой положи, И под счет его держи: Раз, два, три, четыре, пять! Язык надо расслаблять! или Язычок широкий, гладкий – Получается лопатка!	Вырабатывать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положение.	Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от одного до пяти – десяти. <i>Методические указания:</i> 1. Губы не растягивать в сильную улыбку, чтобы не было напряжения. 2. Следить, чтобы не подворачивалась нижняя губа. 3. Не высовывать язык далеко: он должен только накрывать нижнюю губу. 4. Боковые края языка должны касаться уголков рта. 5. Если это упражнение не получается, надо выполнить упражнение «Месим тесто».
«Месим тесто»	Вырабатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким и распластанным.	Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки «ня- ня-ня ...». Удерживать широкий язык в спокойном положении при

		открытом рте под счет от одного до пяти – десяти.
<p>«Иголочка» Маленького роста я, Тонкая и острая. Носом путь себе ищу, За собою хвост тащу. или Язычок наш, как иголка Не ленись – уколет колко.</p>	<p>Выработать умение удерживать язык в напряженном состоянии, делая кончик языка «острым».</p>	<p>Улыбнуться, открыть рот. Высунуть язык наружу, чтобы он был «острым», как жало. <i>Методические указания:</i> 1. Следить, чтобы кончик языка не загибался вверх.</p>
<p>«Лопаточка - иголочка» Язык лопаткой положи И спокойно подержи. Язык иголочкой потом Потянем тонким острием.</p>	<p>Совершенствовать умение детей чередовать положение языка «широкий - узкий».</p>	<p>На счет «раз-два» чередовать упражнения «Лопаточка» и упражнение «Иголочка».</p>

<p>«Часики»</p> <p>Тик – так, тик – так.</p> <p>Ходят часики вот так!</p> <p>Как так? Вот так:</p> <p>Тик – так, тик – так!</p>	<p>Выработать умение двигать язык к уголкам рта: вправо – влево.</p>	<p>Улыбнуться, показать зубы, отклонить высунутый язык вправо, затем влево. Чередовать движения под счет или читая стихотворение для этого упражнения.</p> <p><i>Методические указания.</i> Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.</p>
<p>«Качели»</p> <p>Вверх – вниз, вверх – вниз,</p> <p>Ты качаться не ленись!</p> <p>Вверх – вниз, вверх – вниз</p>	<p>Вырабатывать умение быстро менять положение языка «верх - низ».</p>	<p>Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от одного до пяти. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (тоже с внутренней стороны) и удерживать под счет от одного до пяти. Так поочередно менять положение языка 4 – 6 раз.</p> <p><i>Методические указания.</i> Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.</p>

<p>«Лошадка» Ты, лошадка, хвост не прячь! На тебе помчимся вскачь.</p>	<p>Укреплять мышцы языка и вырабатывать подъем языка вверх.</p>	<p>Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами). <i>Методические указания:</i> 1. Упражнение в начале выполняется в медленном темпе, потом темп убыстряется. 2. Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык. 3. Если у ребенка пощелкивание не получается, ребенок должен выполнять упражнение «Приклей конфетку», а потом вернуться к упражнению «Лошадка». 4. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался вовнутрь, т.е., чтобы ребенок щелкал языком, а не чмокал.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Мой веселый звонкий мяч.

**Спортивно-развлекательное мероприятие семейного клуба «Детский сад
плюс семья, чтобы развивался Я» с физруком ДООУ для семей детей
1 мл. группы № 4 «Веселый поезд»**

Цель: познакомить семьи воспитанников и самих малышей с многообразием игр с мячом, со свойствами мяча и его возможностями в здоровьесбережении детей.

Задачи:

- укрепить семейные узы через совместное с детьми участие в играх с мячом;
- познакомить детей с мячом, его свойствами;

- развивать двигательные навыки игры с мячом;
- воспитывать умение играть семьей, укрепляя своё здоровье.

Инвентарь: Мячи мягкие – 25 шт., мячи резиновые маленькие – 25 шт., мячи пластмассовые побольше – 25 шт., мячи большие резиновые – 25 шт., муз колонка и записи муз. зарядки и др. детской ритмичной музыки.

Ход мероприятия.

Воспитатель:

Мы рады приветствовать Всех в этом зале,
Мы этого праздника долго все ждали,
Когда познакомимся ближе с мячом,
Мы бросим его, а ему – нипочем...
Пора начинать, нам играть всем охота,
В спортзале – физрук, и её здесь работа,
Нам с ней познакомиться надо, друзья,
Надежда Анатольевна, без Вас нам нельзя.

Инструктор по ф/к: Здравствуйте, дорогие дети, папы и мамы, меня зовут Надежда Анатольевна, я – физрук в этом садике, это значит я веду у ребят физкультуру. А что такое физкультура? Это много движения, эмоций, радости и ободрения. Предлагаю наш праздник начать с веселой зарядки. Выходите всей семьей, повторяйте все за мной! (проводит муз.зарядку)

Воспитатель: Вот уж точно зарядились, встрепенулись, ободрились,

И готовы мы опять с мячом вместе поиграть.

Инструктор по ф/к: вот, ребята, посмотрите – это обычный большой, круглый, резиновый мяч. Он может вот так скакать, его просто нужно вот так ладошкой отбивать.

Хотите попробовать с мячом поиграть, им об пол постучать?

Папы, мамы, выходите, все по мячику возьмите. (Все берут мячи и бросают об пол, пытаясь отбить и поймать).

Воспитатель: А теперь оставьте один мяч на семью и кидайте друг другу, стараясь поймать. Кидайте мяч снизу от ног двумя руками сразу в руки ребенка и покажите ему, как правильно кинуть вам обратно.

Инструктор по ф/к: Молодцы все, здорово поиграли. А теперь давайте возьмем вот такие мягкие тряпичные и плоские мячи и поиграем в догонялы - вышибалы с мамами и папами, в них бросаем, а они – убегают. Под веселую музыку НАЧИНАЙ!!! (включаем «Барбариков»)

Воспитатель: Молодцы наши ребята, хоть им было трудновато,
В папу с мамой попадать, но все справились на «5».

Инструктор по ф/к: Предлагаю всем взять вот такие маленькие резиновые мячики, которые свободно можно взять в каждую руку малышам. В нашем спортзале на полу есть разметка из желтых кружочков, вот они (показывает). Вы к ним семьей подойдите и постарайтесь маленьким мячиком в них попасть и обратно мяч поймать. Давайте детки будут кидать в желтый кружок попадать, а вы, мамочки и папочки, мячики ловите, их не упустите... (показываем как так можно поиграть с маленькими мячиками и желтыми кружочками)

Воспитатель: Вот так мячики у нас, разбежались что-то враз,
Давайте мы их соберём и в корзинку попадем. (собираем все мячики в корзинку)

Инструктор по ф/к: А сейчас я попрошу все семьи и ребяток сесть на скамеечки. Я приготовила для вас вот такие разноцветные пластмассовые шарики – мячики. Они не могут подпрыгивать при ударе об пол так, как резиновые, но зато они красивые, разноцветные и из них можно сделать салют! Хотите? Только вы сидите, пока я делаю салют из них, чтобы шарик-мячик в вас не попал и не ударил нечаянно. А потом мы все дружно, вместе их соберем обратно в эту же корзину. Договорились?

Дети: Да.

Инструктор по ф/к: Все готовы?

Дети: Да

Инструктор по ф/к: А папы, мамы готовы?

Семьи: Да

Инструктор по ф/к: Я не слышу...

Все отвечают громко – Даааааа...

(Воспитатель включает музыку, а Физрук бросает, подкидывая кверху мячи из корзины, делая салют)

Воспитатель: Скорее давайте соберем... всё в корзину отнесём.

- Быстро справились, молодцы, не оставили нигде мячика. А ещё есть мячики массажные, они вот такие колючие немного, но зато для здоровья и развития речи очень полезны. Давайте их по одному возьмем и между ладонями покатаем.

(раздаем по мячику каждому и катаем их между ладонями под музыку)

- Вот как получается, здоровье набирается...

- а нам заканчивать пора – то-то рада детвора.

Мы про мячик всё узнали и семьёй с ним поиграли (под музыку дети с родителями уходят в группу)



Добрый доктор Айболит витамины есть велит.

Клубное развлечение для детей и родителей (папочек) по здоровьесбережению для семей детей 1 младшей группы.

Цель: Создать радостную, веселую атмосферу праздника, укрепить семейные узы, удовлетворить двигательную активность детей.

Задачи:

- развивать сотрудничество между детьми и их родителями,
- развивать ловкость, быстроту, равновесие, внимание, логику;
- закрепить знание 4 основных цветов (красный, синий, зеленый, желтый);
- закрепить знание и умение различать фрукты и овощи;
- воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам.

Инвентарь: 4 ведра (красное, синее, зеленое, желтое), ориентиры – штук 20, маленькие мячики – по числу ориентиров, пластмассовые шарики – по 10-15 шт. основных цветов – красные, зеленые, синие, желтые; колечки пластмассовые (с кольцебреса) – 10-15 шт., кубики и кирпичики по 10 – 15 шт., 2 таза, муляжи фруктов и овощей.

Ход:

Айболит: - Очень рад я вам, друзья, отгадали, кто же я?

Да, конечно, очевидно, Айболит я, всем же видно!

К вам пришел с настроем славным, чтоб мужчинам, даже малым,
Настроение поднять и немного поиграть!

И девчонок приглашаю, всем на свете я желаю

Быть здоровым, ловким, бодрым, быть счастливым и задорным!

Музыку скорей включай и за мною повторяй!!!

(Весёлая зарядка для детей и пап).

- Айболит: - Настроение подняли? Приготовились играть?

Раз я доктор, значит будем витамины собирать...

Под музыку - (высыпаем перед семейными дуэтами (папа и ребенок) и др. детьми пластмассовые шары четырех основных цветов и даем родителям ведра также этих 4-х цветов и предлагаем собрать «витамины» - шарики только своего цвета.)

- Айболит: - Хороши мои детишки, папы были, как мальчишки,

Бегали, шары хватали, будто раньше не видали... (хлопаем)

- Продолжаем мы играть, будем овощи сажать,

Я раздам вам семена, их посадите сперва

Каждый – в луночку одну, сейчас лунки принесу... (Раздаём детям по 2 мячика, можно просто поставить корзины с маленькими мячами перед детьми и родителями)

Далее (расставляем лунки – ориентиры на определенном расстоянии от детей и объясняем, как будем «сажать» в них семена – махонькие мячики, т.е. надо мячик-семечко положить на отверстие-дырочку ориентира-лунки).

Под веселую музыку начинаем посадку семян овощей.

Айболит: - Вы – большие молодцы, будем ждать мы огурцы!

Только нам теперь пора землю рыхлить, детвора.

По-пластунски – папа с дочкой, ну а может быть с сыночком,

Проползет, как червячок, и взрыхлит наш огород!

(папа ложиться на пол, ребенок садиться ему на спину, и папа ползет по-пластунски с малышом на спине до ориентира...)

Айболит: - Ах, какие мужички, просто чудо-червячки!

Это было лишь начало, сорняков возшло немало,

Прополоть бы огород, пока в сборе весь народ.

Вот для мусора ведёрки, чтобы было больше толку,

Собираем лишь своё, и не путаем ведро!

(Рассыпаем на полу приготовленные колечки пластмассовые (с кольцеброса) – 10-15 шт., кубики и кирпичики по 10 – 15 шт., шары или мячики маленькие – 10-15 штук, ставим 4 ведра, на которых прилепляем картинку того «сорняка» (колечко, кирпичик, кубик, шарик), который будем в него собирать и под музыку даем старт).

Айболит: - Пропололи – просто КЛАСС!!! Рад, ребята, я за Вас!

Дождались и урожая, только я не понимаю,

Как-то к нашим овощам, фрукты вдруг попали нам.

Надо бы их разделить – фрукты в ванночку сложить,

Овощи – все по тазам, чтоб понятно было там.

Ну, давайте, приступайте, дружно с папой собирайте!

(На импровизированных грядках раскладываем овощи и фрукты, которые дети должны будут с помощью родителей рассортировать).

Айболит: - Справились вы очень ловко, угощаю Всех морковкой,

Много витаминов в ней, вы грызите поскорей!

(Айболит вместе со вторым воспитателем угощают всех сырой морковью)

Заканчиваем наше развлечение хороводом овощей

Хороводная ИГРА "СОБЕРЕМ УРОЖАЙ"

Музыка и слова С.Г. Насауленко

Собирайся народ,

Мы пойдем на огород,

Соберем урожай, Ты, капуста, вырастай!

- Ты, морковка, вырастай!...

- Ты, картошка, вырастай!...

- Помидорка, вырастай!...

- Ты, горошек, вырастай!...)

Уважаемые, наши любимые, самые сильные и заботливые папы, благодарим вас, от души вместе с мамами и нашими ребятами, которые, мы думаем, получили массу положительных эмоций и были так горды тем, что их папы играли вместе с ними. Наш витаминный праздник с папами закончился, но впереди всех ждут новые встречи в нашей семейной лиге – «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я»! Ура!



«Этот изумительный снежный тубинг»

Сценарий семейного, спортивно-развлекательного развлечения для родительского клуба «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я»

Актуальность: Самая большая проблема современности - это поваральные вирусы, болезни и отклонения в развитии детей с рождения. Нам, как педагогам приходится справляться с данной проблемой уже на этапе адаптации детей в саду. Мы ищем возможности, методики, программы, игры, развлечения, которые помогли бы нам в решении вопросов оздоровления малышей, их комфортной адаптации в саду и параллельно налаживания партнерских отношений с семьями воспитанников. Сотрудничество с родителями, установление доверительных отношений как правило благотворно влияет и на адаптацию малышей, и на их эмоциональное и физическое развитие. Здоровый малыш — это путь к успешному освоению ФОП и залог его потенциала на огромное дальнейшее будущее. Физическая активность – одна из важнейших составляющих гармоничного развития ребенка на протяжении всего дошкольного детства. Но наиболее необходима именно в период 1.5 – 3 лет. В 2 года начинает формироваться навык бега, и дети обожают всё, что связано с движением. Наши малыши практически без остановки могут бегать, прыгать, лазить и на прогулке, и в группе. Движение приносят детям большую пользу – они учатся управлять своим телом. А движения на свежем воздухе еще и позволяют закалять детский организм. Именно для этого мы и разработали данное зимнее развлечение для семей наших воспитанников.

Цель: обогащение и укрепление эмоционального и физического здоровья детей и семей в целом при активном движении – игре зимой на улице.

Задачи:

- формировать положительно - эмоциональный отклик детей на совместные с родителями и сверстниками игры на улице с «ватрушками»;
- укреплять здоровье детей через их двигательную активность на улице.

- закреплять умение детей бегать, брать и собирать быстро разнообразные по форме предметы, бросать в даль снежки и развивать др. физические навыки.
- укреплять семейные узы.

Инвентарь:

- тубы, мячи, кольца, кубики, ориентиры, вёдра, тазы, снеголепы.

Ход развлечения:

Петрушка: Уважаемые родители и дети!

Вас приветствует Петрушка - Русская для всех игрушка,
Развеселый мужичок, зимним утром прыг да скок!!!

Андрюшка: -Здравствуйте родители и наши ребятишки,
Я – Андрюшка, друг Петрушки, веселый мальчишка!
К вам на праздник поспешил, чуть людей не насмешил
Будете со мной играть, прыгать, бегать, догонять???

Дети: Да!

Андрюшка: Значит будем мы кататься, в тубинге соревноваться!

Надо бы нам всем размяться, малышам – натанцеваться...

Петрушка – музыку давай, вместе с нами – зажигай!

(танец «Пяточка-носочек»)

Петрушка:

Ну, а теперь, друзья, все по местам,
Первую гонку провожу я сам!

Игра сейчас забавная, но для детишек славная,

Родитель, на ватрушки садитесь поскорей,
Играть нам с вами вместе будет веселей!

1. Родитель садится в тубу на середине площадки, а малыш собирает ему на колени мячики, кубики, колечки, пока все не закончатся. Победит тот, кто побольше всех предметов наберет.

2. **Андрюшка:** Эй вы, тубы и ватрушки

Вы для нас друзья – подружки,
Малышей быстрее катите,

И подальше увозите.

2-ая эстафета – кто дальше от ориентира на старте оттолкнет тюбу со своим малышом. Победит та семья, чья тюба с ребенком отъедет дальше от старта.

3. Петрушка: Эй, Андрей, неси скорей

Снеголепы для детей,
Будем им снежки лепить,
Тюбы буду их ловить!

3. Лепят родители снеголепами снежки для своего ребенка, а тот бросает их в свою тюбу, которые находятся на расстоянии 1 -1,5 метра от линии старта. Дается возможность сделать до 10 снежков и бросков. Допускается вероятность, что малыши захотят лепить снежки вместе с родителями. Выигрывают те, у кого в тюбе будет больше снежков...

4. Андрюшка: Самые быстрые, Самые ловкие,

Поделитесь своею сноровкою!
Задание не сложное
Для любого вполне возможное!
Наберите ведро витамин,
Чтобы не было больше ангин!!!

4-я эстафета – Ребенок в тюбе на старте с родителем, на противоположной стороне площадки стоит ведро с разноцветными маленькими мячиками – витаминками. Задача родителя доехать до общего ведра витамин, забрать 2 ребенку в тюбу и бегом до своего ведра на старт, там выкладывает малыш «витамины» в своё ведро, и так до последней витаминки. Победит та семья, у кого в личном ведре окажется больше витамин.

Петрушка: Продолжаем соревнования,

Для Вас смешные состязания.

Бодаемся как коровки, тюбу толкаем головкой...

4-я эстафета - родитель на четвереньках толкает тюбу головой до ориентира, малыш бежит за ним, обратно садим малыша в тюбу и бегом до финиша.

Приветствуется, если дети присоединятся к родителям в «бодании» ватрушки – тюбы. Побеждает, - кто быстрее...

(Эстафета №5)

Андрюшка: На «Весёлый забег» приглашаю я всех!

Вокруг кочек обежать и детей не растерять.

папы иль мамы везут малышей, побеждает - кто быстрее!!!

5. Слалом – забег, ювелирное вождение тюбой – победит та семья, которая быстрее всех объедет все ориентиры-кочки (не сшибая их) и привезет до финиша сына или дочку.

Петрушка: Молодцы все, молодцы, все большие удальцы!

Сильные и смелые, ловкие, умелые!

За быстрые гонки, и тюбинг спортивный

Всем на здоровье дарю апельсины!!!

Нам заканчивать пора, крикнем громкое «Ура!».



Тематическая картотека игрового массажа и самомассажа

(для обучения родителей и детей)

ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение.

Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Задачи:

1. Воспитывать интерес к оздоровительному массажу.
2. Обучать элементам массажа.
3. Закреплять технику выполнения различных видов игровых массажей
4. Повышать сопротивляемость организма к простудным заболеваниям
5. Предотвращать простудные заболевания путем воздействия на активные точки.
6. Развивать интеллектуальные функции.
7. Развивать двигательную память.
8. Воспитывать бережное отношение к своему телу.

Самомассаж «Петушок»

Раз и два! Раз и два! (Тереть ладони друг о друга)

Начинается игра.

Красим крылья и живот, (Поглаживать ладонями руки, живот, грудь,

Красим грудочку и хвост, поясницу, ноги, голову.)

Красим спину, красим ножки,

Красим гребешок немножко.

Вот какой стал петушок, (Поставить руки на пояс, горделиво выпрямиться.)

Ярко-красный гребешок. (Сделать несколько полуоборотов влево –вправо.)

Тема «Домашние животные»

Цель: благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга.

Массаж пальцев «Гусь»

Где ладошка? Тут? Тут! (Показывает правую ладошку.)

На ладошке пруд? Пруд! (Гладят левой ладонью правую.)

(Палец большой – Поочередно массируют каждый палец.)

Это гусь молодой, указательный – поймал,

Средний – гуся ощипал, Безымянный – суп варил,

А мизинец – печь топил.

Полетел гусь в рот, (Машут кистями, двумя ладонями,)

А оттуда в живот. (прикасаются ко рту, потом к животу.)

Вот! (Вытягивают ладошки вперед.)

Тема «Транспорт»

Цель: оказывает общеукрепляющее воздействие, мобилизует защитные силы организма, стимулирует его способность к естественному исцелению, способствует психоэмоциональной разрядке, улучшению настроения

Массаж спины «Паровоз»

Дети встают друг за другом «паровозиком», кладут друг другу на плечи ладони и выполняют массаж спины.

Чух-чух, пыхчу, пыхчу, (Похлопывание по спине ладонями.)

Стоять на месте не хочу!

Чух-чух, пыхчу, ворчу, (Поворот на 180, поколачивание кулачками.)

Стоять на месте не хочу!

Колесами стучу, стучу, (Поворот на 180, постукивание пальцами.)

Туки-туки, чу-чу-чу,

Колесами стучу, стучу, (Поворот на 180, поглаживание ладонями.)

Садись скорее, прокачу!

Чу,чу,чу! (Легкое поглаживание пальцами.)

Массаж спины «Паровоз №2»

Дети встают друг за другом паровозиком.

Паровоз кричит: «Ду-ду!» (Похлопывание ладошками по спине)

Я иду, иду, иду!»

А вагоны стучат, а вагоны говорят: (Поколачивание кулачками.)

«Так-так-так! Так-так-так! (нажимаем пальчиками по очереди по спине)

Так-так-так! Так-так-так!»

Тема «Овощи»

Цель: оказывает общеукрепляющее воздействие, мобилизует защитные силы организма, стимулирует его способность к естественному исцелению, способствует психоэмоциональной разрядке, улучшению настроения

Массаж спины «Борщ»

Дети встают друг за другом, кладут ладони на спину впереди стоящего.

Чики-чики-чики-ща! (Похлопывать ладонями.)

Вот капуста для борща.

Покрошу картошки, (Постукивать ребрами ладоней.)

Свеколки, да морковки,

Полголовки лучку, (Поколачивать кулачками.)

Да зубок чесночку.

Чики-чики-чики-чок! (Поглаживать ладонями.)

И готов суп-борщок!

(М. Богородицкая)

Самомассаж пальцев «Вырос нас чесночок»

Вырос у нас чесночок, (Поглаживание мизинца пальца правой руки
сверху вниз.)

Перец, томат, кабачок, (Поглаживание безымянного пальца правой руки)

Тыква, капуста, картошка, (Поглаживание среднего пальца правой руки)

Лук и немножко горошка, (Поглаживание указательного пальца правой руки)

Овощи мы собирали, (Поглаживание мизинца левой руки)

Ими друзей угощали, (Поглаживание безымянного пальца левой руки)

Квасили, ели, солили, (Поглаживание среднего пальца левой руки)

С дачи домой увозили. (Поглаживание указательного пальца левой руки)

Прощай же на год (Поглаживание большого пальца правой руки)

Наш друг огород. (Поглаживание большого пальца левой руки)

Тема «Насекомые»

Цель: оказывает общеукрепляющее воздействие, стимулирует его способность к естественному исцелению, способствует психо-эмоциональной разрядке, улучшению настроения

Массаж спины «Комары»

Мой дружок Саша Петров (дети встают друг за другом.)

Не овил он комаров, (Растирают спины ладонями.)

Комары того не знали, (Легко постукивают пальцами.)

Александра покусали.

«Кусь-кусь-кусь, кусь-кусь-кусь! (Легко пощипывают.)

Сашу вовсе не боюсь!

Буду я его кусать, Буду я его щипать».

Саша, Саша, убегай, (Поглаживают ладонями.)

Комаров, ты, догоняй. (дети поворачиваются на 180 и повторяют массаж.)

Массаж рук «Божья коровка»

Цель: стимулирует прилив крови к рукам, благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм

Божья коровушка, «Пробегают» пальцами правой руки по тыльной левой ладони»

Полети на облышко

Принеси нам с неба, «Пробегают пальцами по правой тыльной стороне ладони»

Чтобы были летом

В огороде бобы, «Поглаживают правой ладонью левую руку от кисти

В лесу ягоды, грибы, к плечу сверху и снизу по 2 раза»

В роднике водица, «Также поглаживают правую руку

Во поле пшеница. от кисти к плечу»

(Русская народная приговорка)

Кинезиология – как здоровьесберегающая технология физического и психического здоровья всей семьи.

Мастер-класс для семейного клуба родителей и детей

Цель: познакомить родителей с одной из технологий здоровьесбережения – кинезиологией и посредством мастер-класса обучить их применять данную технологию в своей семье.

Задачи:

- познакомить родителей с кинезиологией и ее игровыми технологиями;
- формировать умение применять элементы кинезиологии и её игр в разностороннем развитии и оздоровлении семьи;
- развивать и укреплять семейные узы через применение кинезиологии в своей семье.

Инвентарь: 3 нейроскакалки, 15-18 квадратов массажного коврика, 5-6 трафаретов ладошек и стоп, массажные мячи и шары разных диаметров, шарики су-джок – 6-8 шт. 2 кольцеброса, кирпичики и кубики лего по 4 шт., запись ритмичной музыки разной по темпу.

Ход мастер-класса:

Здравствуйте уважаемые родители. Эта наша с вами встреча семейного клуба «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я» посвящена кинезиологии как науке и здоровьесберегающей технологии. Она весьма интересна и неоднозначно воздействует как на детский организм, так и на любой взрослый. Говоря о кинезиологии хочется вспомнить Петра Францевича Лесгафта (1837–1909) – известного ученого и врача, основоположника лечебной гимнастики, создателя оригинальной системы физического воспитания, организатора первого в России высшего учебного заведения по физическому воспитанию. Он считал физическое воспитание и развитие неотъемлемой частью здоровья ребенка и важнейшим компонентом его гармоничного развития.

Кинезиология, как наука, подхватывает идеи Лесгафта П.Ф. развивая умственные способности и физическое здоровье через определенные двигательные упражнения. Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное воздействие. Кинезиология способствует развитию всех психических и двигательных процессов, и является здоровьесберегающей технологией для детей и с ограниченными возможностями, что крайне важно в наше время и закреплено ФГОС и ФОП.

Использование упражнений кинезиологии позволяет:

- укреплять здоровье
- повышать тонус
- снижать усталость, утомляемость и раздражительность
- улучшать психоэмоциональное состояние
- понижать чрезмерную активность
- повышать концентрацию и умственную работоспособность
- улучшать память
- стимулировать развитие слуха и речи
- улучшать внимание, мышление
- развивать восприятие, пространственные представления, воображение.

Главное к чему мы все стремимся – это сохранить и приумножить физическое и психическое здоровье наших детей, при этом не забывая быть для них примером. И именно с этой целью мы с вами попробуем овладеть некоторыми упражнениями для дальнейшего их применения в своих семьях для собственного развития, а также для развития и укрепления здоровья наших детей.

Массажные коврики – прекрасное пособие для кинезиологических игр и упражнений, способствующие здоровьесбережению. Существует огромное количество вариаций для развивающих игр с данным пособием.

Первый - раскладываем массажные квадратики по кругу, выкладывая между ними картинки стопы ног чередуя левую и правую с картинками ладоней, также левой и правой. И просим детей пройтись прыжками по заданной на полу схеме, но при условии, что на массажный квадрат они всегда будут запрыгивать двумя ногами под определенный музыкальный ритм. (далее можно схемы менять, усложняя их, как вам придумается)

Второй вариант - берём в каждую руку –массажный мячик и вы продолжите прыгать с ним по уже знакомой схеме, но при этом сжимая при каждом прыжке руками мячики, заставляя работать рефлекторные зоны рук.

Третий вариант - берём массажные шарики суджок для пальчиков в каждую руку, которые при каждом прыжке по схеме надо перекатывать поочередно каждым пальчиком, заставляя работать акупунктурные точки пальцев рук.

Вариации и импровизации могут происходить и в разном музыкальном темпе. Так буквально за пару минут вы поможете всему детскому организму и, конечно же, себе взбодриться и заставите работать межполушарные связи, улучшая умственные способности свои и ваших детей. Выходите и повторяйте за мной эти упражнения...





Следующее упражнение

– упражнения на балансировочных подушках-дисках.(полусферах).

К развивающим моментам можно отнести:

- работу над развитием равновесия, что непосредственно связано с активностью мозжечка, следовательно, улучшает качество речи, мыслительной и умственной деятельности;
- улучшение ловкости, умения удерживаться на неровной поверхности;
- создание красивой осанки, исправление проблем, если они есть;

- массаж и проработку стоп, что позволяет не допустить развитие косолапости и плоскостопия, исправить эти проблемы, если они есть;
- улучшение кровообращения всего организма;
- работу мышц туловища и верхних конечностей в процессе занятий на балансире;
- развитие силы, выносливости, ловкости, усидчивости.



Каждое из направлений кинезиологии помогает улучшить работу мозга. Полезна кинезиология для детей и взрослых. Она улучшает координацию движений, укрепляет нервную систему, развивает психофизические функции. В этом поможет игра «Кольцеброс» в современной интерпретации с разным заданиями и упражнениями.



Также нам будет интересна речевая игра с элементами кинезиологии в кругу, который образуют играющие, и передают, например, лего-кирпичики или лего-кубики по кругу со словами, например, детской потешки или стишка, в одном темпе и с определенной силой голоса. Руки играющих подняты параллельно полу, ладонями вверх. И каждый передает себе или соседу в руку одновременно.

В кинезиологии также используют разного рода балансиры, которые также способствуют мозжечковой стимуляции,

- равновесию и координации всего организма, как у ребенка, так и у взрослого.
- укреплению мышц спины, ног;
- выработке чувства равновесия;
- укреплению вестибулярного аппарата.

Кинезиологические тренировки – это совершенно новый подход в оздоровлении, основанный на комплексном исследовании. Основные задачи тренировок: (повторю вновь)

- улучшение способностей;
- повышение уровня речи;
- развитие моторики;
- улучшение качества и скорости взаимодействия полушарий мозга;
- тренировка стрессоустойчивости;

- развитие памяти, внимания, мышления;
- формирование навыков для обучения;
- творческое развитие;
- повышение продуктивности.

Надеемся, что наш мастер-класс заинтересовал вас и помог увидеть самые важные направления развития и здоровьесбережения именно для вашей семьи. Мы подготовили для Вас буклеты, которые напомнят все моменты сегодняшнего мастер-класса и дадут стимул применить их дома. Спасибо за внимание!!!



Музыкальная гостинная – «Поём и играем, здоровье обретаем» - встреча семейного клуба «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я» в муз.зале с муз. руководителем ДОУ.

Цель: познакомить родителей с очередной технологией здоровьесбережения и развития слуха – семейным пением посредством мастер-класса обучить их применять данную технологию в своей семье.

Задачи:

- обозначить условия применения семейного пения – как одной из технологий здоровьесбережения малыша и всей семьи в целом;
- способствовать гармоничному развитию ребенка с самого раннего возраста посредством семейного пения;

- воспитывать патриотов семейных традиций пения и вокала;
- создать радостную эмоциональную обстановку для удовлетворения эмоциональных потребностей всей семьи.

Атрибуты и РППС для проведения – (встречу проводим в муз зале) - тексты песен и муз игр: «Птичка маленькая, птичка славенькая...» А. Филиппенко, «Зайка-зайка, маленький зайка...» русская народная песня в обработке Г.Лобачева, слова – Т.Бабаджан, «Маленькой птичке зернышки я дам, дам, дам...» Т.Потапенко, слова – Н.Найденовой, и тексты поющих потешек и пальчиковых игр; игрушку птичку на веточке, плошку с зерном, игрушку зайку и морковки штук 15.

Ход встречи:

Воспитатель: Какая связь между пением и здоровьем? Объяснения могут быть самые разные, одни делают упор на дыхательную гимнастику, другие говорят о духовной и телесной гармонии. В любом случае музыка и пение научат радоваться жизни и помогут излечиться от многих болезней. Как только малыш начинает произносить первые звуки и слова, он пытается напевать придуманные или ранее услышанные мелодии. Замечено, что пение для многих детей является одним из самых любимых занятий. И это очень здорово, ведь пение невероятно полезно для организма, и не только детского. Важно, чтобы родители не запрещали малышам петь, а наоборот, поощряли это занятие и всячески ему способствовали, например, разучиванием новых детских песенок и совместным пением. Как пение сделать постоянным спутником всей семьи, нам расскажет наш музыкальный руководитель – Черепанова Елена Васильевна.

Муз.руководитель: в области музыкальной психологии пение рассматривают как одну из форм музыкотерапии, воздействующей на возникновение различных эмоциональных состояний. Пение способно улучшать настроение, умиротворять, успокаивать. У поющих детей вырабатывается стрессоустойчивость, формируется уравновешенный характер.

- Пение способствует улучшению настроения. Когда человек поет, в его головном мозге вырабатывается гормон счастья – эндорфин. Именно он отвечает за хорошее настроение, радость, жизненный тонус. Ребенок станет спокойней, счастливей, активней.
- В процессе пения в организм поступает больше кислорода. Как следствие этого процесса – улучшение кровообращения, нормализация сердцебиения и артериального давления, улучшение общего самочувствия, исчезновение головных болей, улучшение цвета лица. (это для вас, мамочки и бабушки)
- Пение способствует повышению иммунитета. Дети, которые любят петь, реже страдают от болезней горла, поскольку благодаря улучшению кровообращения укрепляются стенки сосудов, голосовые связки и лимфоузлы, что в свою очередь благотворно сказывается на местном иммунитете.

Занятия вокалом приносят для детского организма много пользы:

- развивают слух и чувство ритма;
- прививают музыкальный вкус;
- улучшают память - поскольку ребенку нужно запоминать мелодию, текст, паузы, ритм и прочее;
- способствуют развитию способностей к импровизации;
- стимулируют речевую активность - в процессе пения ребенок не просто четко проговаривает слова, а пропевает их;
- нормализуют, развивают и улучшают дыхательную функцию - уроки пения очень эффективны при астме;
- эффективно устраняют речевые нарушения - во время пения ребенок перестает заикаться;
- развивают коммуникативные способности, внимательность, дружелюбность, умение работать в коллективе;
- раскрепощают, устраняют комплексы и страхи.

Воспитатель: Хочу поддержать Елену Васильевну и привести вам результаты одного интересного исследования. Известный японский предприниматель и создатель новаторских идей по воспитанию и обучению детей Масару Ибука считает, что отсутствие слуха – явление приобретенное. Если у мамы нет слуха, а младенец каждый день слушал ее песенки, значит, у него будет исковерканный слух. Если бы слуха не было совсем, он не смог бы воспроизвести и фальшивые нотки маминых мелодий. Таких детей можно переучить, если постоянно напевать или давать прослушивать детские колыбельные, но в верном звучании. Абсолютный слух есть у всех людей, другое дело, он может быть заглушен или испорчен под влиянием неправильных мелодий, услышанных в младенчестве. Вот так!!!

Муз.рук-ль: Занятия пением способствуют улучшению психического и эмоционального состояния ребенка, что очень важно для наших малышей. Регулярные занятия пением тренируют дикцию ребенка, вследствие чего речь малыша становится четкой, последовательной, без дефектов. Конечно, пением точно можно заниматься дома, а как ребенок подрастет, то можно доверить этот процесс муз.школе, где сумеют подобрать правильный репертуар вашему ребёнку, поставят ему голос, научат диафрагмальному дыханию.

А мы сейчас вместе с нашими ребяташками споём песенки, которые совсем не трудно выучить вместе всей семьёй и петь их дома, или по дороге домой из сада, или купая малыша, или же убаюкивая его на ночь и т.д.

У каждого из вас есть пять текстов песен и потешек для пения, и муз.игр.

Давайте начнем с игры, чтобы деткам стало интересно и весело с нами и петь и играть, хорошо?

Муз.игра. Мои цыплятки

Цып-цып, мои цыплятки, Цып-цып-цып, мои касатки,
Вы пушистые комочки, Мои будущие квочки.
Здесь, в траве густой, привольно Погулять вам можно вволю. -2р
Припев: Ой, мои Вы, цыплятки! Ой, мои Вы, касатки! – 2р.
Вы, пушистые комочки. (2 раза):

Цып-цып, мои цыплятки, Цып-цып-цып, мои касатки,
Вы пушистые комочки, Мои будущие квочки.

Подойдите вы напиться, Дам вам зерен и водицы. – 2р.
Припев тот же. (Дети и родители все повторяют простые танцевальные движения и слова песни за муз. руководителем и воспитателем – ходьба с высоким подниманием колен, и вытянутыми прямыми руками имитировать взмах крыльев, наклоняясь под прямым углом слегка раскачиваясь, имитируем как курочки клюют травку, родители поворачивают малыша к себе и навстречу друг другу «клюют» зёрнышки).

Муз.руководитель: Вот как весело и просто вместе петь, и танцевать. А теперь присаживайтесь на стульчики, которые расставлены по кругу и садитесь родители рядом с вашим малышом. Я предлагаю спеть вам вместе с ребенком песенку «Птичка маленькая, птичка славненькая...» слова перед вами, родители читают и вместе с детьми напевают а ребятки смотрят на птичку, которая сидит тут у нас на столе и перед ней плосечка с зернышками, и тоже поют нашей птичке. (муз.руководитель играет сама на фортепиано и поёт, а дети и родители воспитателями подпевают).

Муз руководитель: Эту песенку можно напевать, когда на улице видите птичек или же их кормите, а может быть наблюдаете за ними из окна своего дома. Спасибо Вам и плавно переходим к другой детской песенке - «Маленькой птичке зернышки я дам, дам, дам...» - она по смыслу очень созвучна с предыдущей и также проста и мелодична. (Муз рук-ль включает запись фонограммы песни, а сама садится перед полукругом родителей с детьми и все вместе поют птичке.)

Муз.руководитель: Вот для птички мы и спели, наши птички улетели,
Зато зайка прискакал, он морковку собирал. Споём зайке?

Дети: Да.

Поем все вместе песенку про зайку: «Зайка-зайка, маленький зайка...» под фонограмму. А теперь сюда бегите и морковку все берите,

будем с зайнойкой скакать и морковкой так махать. (под аккомпонемент муз.руководителя детки, родители и воспитатели прыгают с морковкой.)

Воспитатель: Вот какие мы были зайники быстрые, подвижные, музыкальные.

Ладушки, ладошки, *(хлопаем)*

Звонкие хлопошки, хлопали в ладошки,

Хлопали немножко.

Да! *(показываем ладошки)*

Кашку варили, *(По ладони водим пальчиком)*

Ложечкой мешали

Куколку кормили

Кошечке давали. Да! *(показываем ладошки)*

Кулачки сложили, *(Стучим кулачками)*

Кулачками били:

Тук-тук, тук-тук,

Тук–тук–тук.

Да!

Ладушки плясали *(хлопаем* в ладоши)

Деток забавляли

Ля-ля-ля-ля, ля-ля-ля. Да! *(показываем ладошки)*

Ладушки устали, *(Складываем ладошки и прикладываем их к щёчке)*

Ладушки поспали.

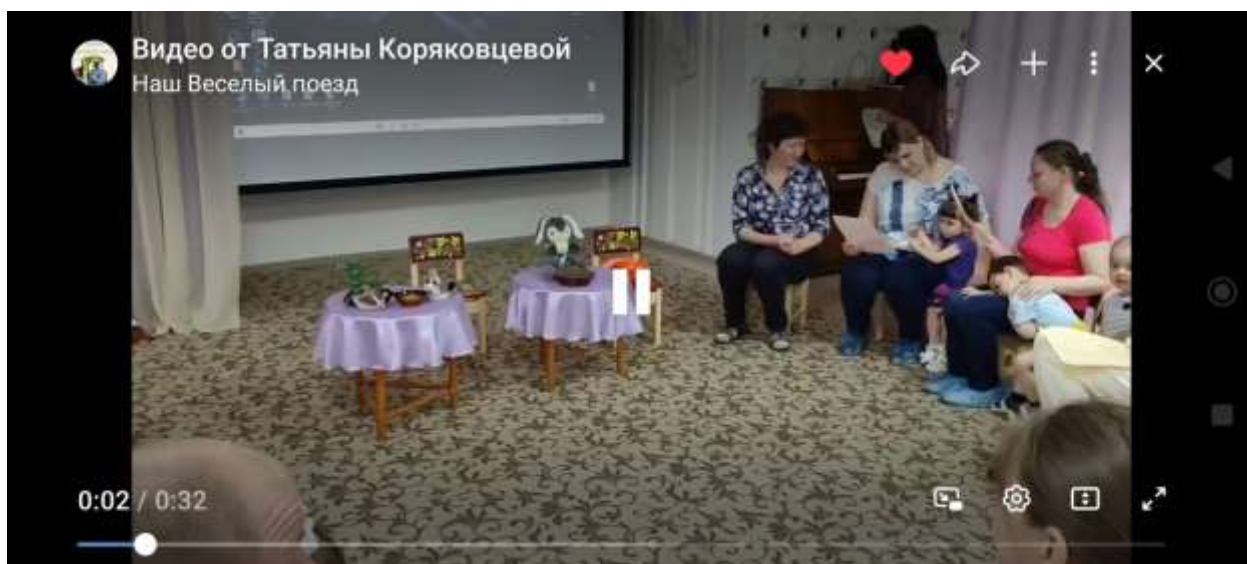
Баю-баю, баюшки,

Баю-баю, ладушки.

Да! *(показываем ладошки)* *(Н. Blumenфельд)*

Муз.руководитель: Учёные доказали, что ежедневное обычное «пение от души» по 15–20 минут оказывают оздоравливающий эффект. Так что пойте! Распевать и напевать в любом случае полезно, даже если у вас нет ни голоса, ни слуха.

Воспитатель: На этом наша с вами встреча подошла к концу, надеемся, что она была вам и полезна, и интересна. А эти тексты наших маленьких песен и потешек – для Вас. Пойте все вместе: с детьми, семьёй, по одному, дуэтом, трио или квartetом – но обязательно в своё удовольствие и на здоровье всей семьи.



Для активной работы нашего семейного клуба были реализованы следующие образовательные технологии – **здоровьесберегающие технологии** – которые положены во главу угла всей годовой и до сих пор продолжающейся работы клуба по самым разным направлениям (музыкальным, двигательным, танцевальным, спортивным, театральным и т.д.); также **технология**

исследовательской деятельности – когда через массаж и самомассаж детки вместе с родителями исследовали свой организм, свои ощущения, эмоции, были исследователями мяча, балансиров равновесия и скамейки-балансира, с каким задором и восторгом исследовали воду – сначала при умывании, затем в тазиках при закаливании, а после – в бассейне при купании и в душе, при обливании; **игровые технологии** – сколько мы играли – подвижные игры, хороводные, музыкальные, дыхательные и артикуляционные гимнастики – игры, и, конечно, сюжетно-ролевые – больница, пожарная машина, повара, которые готовили полезную еду из фруктов-овощей и т.д.; **проектная технология** которая была реализована в режимных моментах и домашних заданиях семьями малышей – лего проект реализован в ноябре при полном включении семьи (родители по утрам до зарядки заходили в группу и строили из лего-дупло вместе с детьми, вечером, приходя за малышами вновь занимались лего-конструированием вместе, выполняли разнообразные задания с лего-конструктором дома и делились поделками в чате нашей группы ВК, также проектная технология была реализована в познавательно-исследовательском проекте «Чудо – песок» по той же самой схеме что и лего, когда родители и утром и вечером свободно с детьми сидели и лепили из цветного песка чудо-поделки: замки, торты, пирожные, мороженное, зверей и многое другое, а возле дома строили из песка целые города; **технология развития социальных навыков** – приобщение ребят и всех членов семьи к традиционным семейным (духовно-нравственным) ценностям, развитие эмоциональной отзывчивости, общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками в ходе мероприятий клуба; использование ИКТ-технологий – компьютера, мультимедийного оборудования и сети интернет – что сейчас является актуальным и востребованным всеми семьями и образованием в целом. Мы с семьями проводили видео-марафоны по правильному питанию, делились рецептами любимых овощных блюд малышей, делали фотогазеты по двигательной физической активности детей летом, делились ценными семейными кадрами традиционного семейного

отдыха, провели фотоконкурс «Мой любимый папочка» - и всё это в нашей закрытой группе ВК «Наш веселый поезд».

Оценка семьями воспитанников работы клуба также проводилась онлайн-голосованием, в котором родители ответили на вопросы по качеству, удовлетворенности и повсеместному применению в домашних условиях тех рекомендаций и советов, которые они получили, принимая участие в работе нашего семейного клуба. Мы получили прекрасную, великолепную оценку и все вместе решили продолжить работу клуба в этом учебном году уже во второй младшей группе, т.к. заинтересованность родителей превзошла все наши ожидания.

При реализации использовали ресурсы сайта «Воспитатели России», «ЦНОИ», «ПРОШКОЛА», проекта «Федеральный лекторий», «Preschools.ru», «Университет Детства».

Инновационная составляющая в работе семейного клуба «Детский сад плюс семья, чтобы развивался Я» в синтезе реальных, личных встреч и онлайн обратной связи – которые позволили контролировать и анализировать работу каждой семьи и клуба в целом, а также инновация при постоянном поиске и внедрении здоровьесберегающих технологий в различных видах образовательной деятельности – двигательной или физической, социально-коммуникативной, познавательной, речевой и художественно-эстетической, что явилось для всех участников очень увлекательной и практически решаемой задачей по укреплению и сохранению здоровья всей семьи.

Наш клуб предоставил опыт работы за 1 год. Сейчас мы уже действуем второй год, но это только начало.

Уже сейчас можно с уверенностью говорить об эффективности деятельности семейного клуба – занимаются семейным закаливанием 40% семей воспитанников

- ходят регулярно в бассейн – 15% семей

- делают зарядку, регулярно ходят гулять и активно играть в выходные 68%

- поют вместе с детьми – 43%
- читают детям на ночь и в выходные – 88%
- оценили идеи кинезиологии и приобрели необходимое оборудование 25%.

Также была пополнена и обновлена РППС группы – картотеки: гимнастики пробуждения, артикуляционной гимнастики, дыхательной гимнастики, подвижных игр на улице, стихов и игр по временам года, потешек и др., пополнилась библиотека книжек-малышек, раскрасок, обновлен центр исследовательской деятельности, двигательной, театральной, центр сюжетно-ролевой игры, силами родителей был обустроен участок группы – песочница, баскетбольное кольцо, пожарная машина, покрашен домик, приобретено оборудование для закаливания. Администрация ДОУ помогла приобрести балансиры и балансборды, балансировочную дорожку, массажную дорожку.

Подводя итоги, мы отметили, что работа семейного клуба повысила компетентность родителей, вызвала интерес к здоровьесбережению детей, проблеме всестороннего развития, вселила уверенность в своих силах, сплотила коллектив родителей, дала возможность познакомиться с опытом семейного воспитания обменяться мнениями, а также способствовала установлению в группе отношений искренних и доброжелательных.

Результатом своей работы мы считаем сплочение большинства родителей в единый коллектив, участие родителей во всех делах и начинаниях детского сада. Родители стали с большим вниманием относиться не только к своему ребёнку, но и к другим детям группы. Изменились и сами дети: стали дружнее, отзывчивее, добрее. Многие семьи встречаются и вне детского сада, их связывают общие интересы детей, их заботы, тревоги и радости.

Список литературы:

1. Алёшина В. О. Клубная форма работы с семьёй//Начальная школа. 2008.
2. Анищенкова Е.С. «Артикуляционная гимнастика. Для развития речи дошкольников. Пособие для родителей и педагогов.» АСТ 2022.

3. Арнаутова Е.П. Планируем работу с семьей. // Управление ДОУ 2002г., № 4.
4. Евдокимова Н.В., Додокина Н.В., Кудрявцева Е.А. Детский сад и семья: методика работы с родителями: Пособие для педагогов и родителей. М: Мозаика – Синтез, 2007
5. Нищева Н.В. «Весёлая артикуляционная гимнастика» Детство Пресс. 2018.
6. Протасова Е.Ю., Роднина Н.М. «Познание окружающего мира в раннем возрасте». Цветной мир. 2018.
7. Хабибуллина Р.Ш. «Система работы с родителями воспитанников. Оценка деятельности ДОУ родителями» // Дошкольная педагогика 2007г., №7.
8. https://vk.com/pro_shkola_online?gcmes=46048988935&gcmlg=12200286
9. https://preschools.ru/users/settings/?umid=&utm_source=brevo&utm_campaign=New%20editor%20PRESCHOOLS_online_2510&utm_medium=email
10. <https://vospitateli.org/>

Особые знания для семейного счастья



Брак и дети — это драгоценные подарки. Вот несколько советов, которые по-настоящему работают в семье для её счастливого существования.

- Мужья, любите своих жён. Хороший муж не грубый и не требовательный. Он ценит свою жену, заботится о её потребностях и учитывает её чувства и желания. Он старается чем-то порадовать её. Он не будет всегда настаивать на своём, чтобы всё было так, как он хочет. Хороший муж делится с женой своими мыслями и чувствами и слушает, когда говорит она. Он не срывает на ней свою злость, не бьёт её и не обзывает.

- Жёны, уважайте своих мужей. Если жена уважает своего мужа и поддерживает его решения, то этим она вносит свой вклад в гармонию в семье. Если муж вдруг ошибётся, жена не будет смеяться над ним или унижать его. Она сохранит спокойствие и проявит уважение. Если ей нужно поговорить с мужем о какой-то проблеме, она выберет для этого подходящее время и будет говорить с уважением.

Особая сфера семейного счастья.

- Будьте в семье верны друг другу. Когда мужчина и женщина заключают брак, между ними устанавливается тесная связь. Поэтому супругам нужно делать всё, чтобы их брак был крепким. Нужно разговаривать друг с другом по душам и оказывать друг другу знаки внимания. Кроме того, им нужно сохранять верность друг другу: не иметь сексуальных отношений с кем-то на стороне. Неверность в браке приносит много боли. Она подрывает доверие и может разрушить семью. Пострадают при этом не только и не столько взрослые, но по большей части именно дети.



- Родители, воспитывайте своих детей. Очень важно обучать ребёнка, как себя вести, и подавать ему хороший пример. Если ребёнок балуется или хулиганит, мудрые родители не будут слишком бурно реагировать. Им нужно быть готовыми слушать, не торопиться говорить и не спешить гневаться. Если родители считают, что ребёнка нужно наказать, им важно убедиться, что ими движет любовь, а не злость и раздражение.

Как развод влияет на детей

Консультация для родителей.



Некоторые супруги считают, что если брак не заладился, то лучшее решение — это развестись. Они успокаивают себя мыслью о том, что так будет лучше для детей, ведь тогда дети не будут страдать из-за постоянных ссор родителей. О чем говорят факты?

- **Каковы последствия развода для детей?**
- **Станет ли мой ребенок счастливее после развода?**
- **Что нужно знать о совместном воспитании детей после развода?**
- **Есть ли лучшее решение?**

Каковы последствия развода для детей?

Исследования показывают, что развод — одно из самых тяжелых переживаний в жизни ребенка. Дети, родители которых развелись, чаще:

- испытывают гнев, беспокойство и подавленность;
- конфликтуют с окружающими;
- плохо обучаются;
- подвержены заболеваниям.

Кроме того, многие дети винят себя в разводе родителей. Некоторые дети думают, что сделали что-то плохое и поэтому родители развелись. А другим кажется, что они могли бы предотвратить расставание родителей.

Последствия развода могут сказаться на всей дальнейшей жизни ребенка. У тех, кто в детстве пережил развод родителей, обычно низкая самооценка, и им трудно доверять другим. Также велика вероятность, что свои семейные проблемы они тоже будут решать с помощью развода.

Подведем итог. Хотя некоторые супруги думают, что их детям будет лучше, если они разведутся, исследования показывают, что это не так. «Развод — тяжелейшая травма для ребенка», — пишет психолог П. Лич .
принцип: «Руководствуйтесь не только своими интересами, но и интересами других»

Станет ли мой ребенок счастливее после развода?

Некоторые уверены, что да. Однако помните, что ваши интересы необязательно совпадают с интересами ребенка. Взрослый, который думает о разводе, хочет начать новую жизнь. А ребенок обычно хочет, чтобы все оставалось по-старому, — быть вместе с папой и мамой.

Изучив тысячи случаев развода, авторы книги «Неожиданные последствия развода» пришли к выводу: «Никто из детей не сказал, что стал счастливее после расставания родителей. Наоборот, все дети, как один, говорят: „В тот день, когда развелись родители, мое детство закончилось“» (The Unexpected Legacy of Divorce). В книге также отмечается, что для такого ребенка «мир — это ненадежное место, полное опасностей, в котором нет ничего стабильного, ведь двое самых дорогих ему людей не смогли сохранить свои отношения».

Подведем итог. Дети вряд ли станут счастливее после развода родителей.

Что нужно знать о совместном воспитании детей после развода?

Некоторые супруги после развода пытаются играть в полноценную семью. Они думают, что могут, как и прежде, в равной степени исполнять свои родительские обязанности. Но совместное воспитание детей после развода — задача не из легких. Согласно исследованиям, разведенные супруги, как правило:

- меньше времени проводят с детьми;
- по-разному смотрят на воспитание ребенка;
- во всем потакают своему ребенку из-за чувства вины перед ним или из-за сильной усталости.

Ребенок разведенных родителей может также перестать признавать их авторитет. Он может думать: «С какой стати я должен их слушать, если *они* сами не держат своего слова и нарушают обещания?»

Подведем итог. Как правило, совместное воспитание детей после развода — нелегкая задача, но детям в этой ситуации намного **тяжелее**.

Есть ли лучшее решение?

Силы, которые супруги тратят на создание новой жизни после развода, лучше было бы направить на сохранение брака. «Плохой брак — это не приговор, как может показаться», — говорится в книге «В защиту брака». — Со временем отношения даже самых несчастных супругов, которые все же решили сохранить семью, стали намного, намного лучше». И в целом дети в таких семьях чувствуют себя гораздо счастливее.



Как быть хорошим папой

В чём заключается роль отца

- **До рождения ребёнка.** То, какой вы муж **сейчас**, показывает, каким папой вы будете **позднее**. В одной книге отмечается:
«Отец, который помогает своей беременной жене с покупками, возит её по врачам, смотрит на ребёнка во время УЗИ или слушает его сердцебиение, скорее всего, и после рождения малыша будет близок к нему и жене».
- **После рождения ребёнка.** Связь между вами и ребёнком крепнет, когда вы держите его на руках и играете с ним. Помогайте жене заботиться о нём. Чем больше вы вовлечены в заботу о малыше, тем полноценнее он будет развиваться как личность. То, что вы строите с ребёнком близкие отношения, показывает, что он для вас очень дорог.
- **Когда ребёнок растёт.** Исследования показывают, что дети, которые близки со своими отцами, лучше осваивают программу обучения, более стабильны эмоционально и с меньшей вероятностью будут в дальнейшем бунтарями. Поэтому выделяйте время, чтобы возвращать крепкую дружбу с ребёнком.

Отец незаменим

Традиционно считается, что отцы — это кормильцы и защитники семьи, а матери заботятся об эмоциональных потребностях домочадцев. Но во многих семьях нет такого чёткого разделения. Тем не менее исследователи говорят, что каждый — и папа, и мама — вносит свой уникальный ингредиент в блюдо под названием «счастливая семья».

«Отец привносит в семью чувство стабильности и защищённости. Это то, что матери сложно сделать одной. Мама же с её умением сочувственно слушать создаёт в семье тёплую и уютную атмосферу. Они действуют как одна команда».

Папа и дочь. Как отец, вы показываете дочери, какого отношения от мужчин она вправе ожидать. Она учится этому двумя способами:

- **Наблюдая за тем, как вы обращаетесь с её мамой.** Когда вы проявляете любовь и уважение к жене, ваша дочь понимает, что в будущем она должна искать мужа, который проявляет такие же качества.

Наблюдая за тем, как вы обращаетесь с ней самой. Когда вы проявляете уважение к дочери, вы помогаете ей развивать самоуважение. Это также учит её тому, как к ней должны относиться другие мужчины.

И наоборот, постоянная критика бьёт по самооценке девочки и побуждает её искать одобрения других мужчин — тех, кого не заботит её благополучие.

- **Участвуйте в жизни малыша ещё до его рождения.** То, как вы относитесь к жене во время беременности, показывает, каким папой вы будете после рождения ребёнка.
- **Поддерживайте хорошие отношения с ребёнком, когда он растёт.** Дети, которые близки со своими отцами, лучше учатся, более стабильны эмоционально и с меньшей вероятностью будут нарушать общий порядок.
- **Будьте хорошим мужем.** Когда вы проявляете к жене любовь и уважение, вы показываете дочери, какого отношения от мужчин она вправе ожидать.



Приложение 2. РППС

