**ГКДОУ «Детский сад№15 «Ласточка»**

**Подготовила и провела дистанционно**

**Воспитатель: Бокова З.А.**

**2020г.**

**Консультация для родителей:**

**«Первые шаги по ступенькам финансовой грамотности».**

      Свое выступление я назвала так неслучайно, обучение финансовой грамотности – это новый опыт не только для моих воспитанников, но и для меня – педагога со стажем.

     Финансовое просвещение и воспитание детей дошкольного возраста – сравнительно новое направление в дошкольной педагогике. Ведь финансовая грамотность является глобальной социальной проблемой, неотделимой от ребенка с ранних лет его жизни.

Дети, так или иначе, рано включаются экономическую жизнь семьи:  сталкиваются с деньгами, рекламой, ходят с родителями в магазин, участвуют в купле-продаже, овладевая таким образом первичными экономическими знаниями, пока еще на житейском уровне.Когда я познакомилась с Учебно-методическим пособием по повышению финансовой грамотности «Первые шаги по ступенькам финансовой грамоты» (для дошкольников) Разработчик: Крючкова Н.А и опытом коллег, подумала, ведь мои воспитанники на пороге школьной жизни. Как раз в этом возрасте пора учить, как вести счет деньгам, пониманию ценности и назначению денег. Формировать умение отличать желания от потребностей. Очевидно, необходимо знакомить детей с такими понятиями, как разумное ведение домашнего хозяйства, экономия денежных средств, использование сбережений. Оттого, что желание детей часто не совпадают с возможностями их родителей, возникают конфликты, огорчения, разочарования и как следствие – комплекс несостоятельности будующих граждан общества. Необходимо подвести детей к пониманию ограниченности денежных средств, что всегда приходится выбирать. На что их потратить, как правильно осуществить свой выбор. В целях глубокого изучения вопроса обучения старших дошкольников финансово – экономической грамотности в нашей группе реализуется педагогический проект «Финансовая грамотность уже в детском саду». В качестве средства формирования основ экономической культуры я использовала дидактические игры. Главной особенностью дидактических игр является то, что задания предлагаются детям в игровой форме. Они играют, не подозревая, что осваивают знания, овладевают умениями и навыками, учатся культуре общения и поведения. В дидактических играх моделируются реальные жизненные ситуации: операции купли-продажи, производства исбыта готовой продукции и др.

И вот что у нас получилось…(комментарий к презинтации)

  В течении проекта, читали и анализировали совместно с детьми художественную литературу, обучающую детей основам экономики : -русские народные сказки и потешки: «Репка», «Лисичка со скалочкой», «Сорока-белобока», -авторские сказки и стихи: К.И.Чуковский «Муха-цокотуха», В.Катаев «Цветик-семицветик» А.Н.Толстой «Золотой ключик или приключения Буратино» Ш.Перро «Кот в сапогах».   Прочитали историю о рублике и его друзьях. Раскрашивали раскраски, рисовали деньги будующего. Играли в сюжетно-ролевых играх «Магазин», «Супермаркет».

   Посмотрели презентации:«В гостях у сказок» ,«По страницам сказки «Цветик-семицветик» ,«Деньги прошлого, настоящего и будущего»  Дети узнали историю денег, как правильно планировать свои расходы, как копить деньги, что такое кредитная карта, что такое валюта и мн.др.

Посетили бухгалтерию, где бухгалтера рассказали о происхождении денег, где хранятся деньги и зачем нужны бухгалтера.

Деятельность по формированию у детей финансовой грамотности ориентировании на совместную деятельность всех участников образовательного процесса. Экономическое воспитание дошкольников невозможно без участия родителей. На всех этапах требуется поддержка ребенка дома, в семье. Накопленный опыт позволяет определить некоторые направленности совместной деятельности педагогов и родителей по экономическому воспитанию дошкольников. К ним относятся:

- информирование родителей о задачах и содержании экономического воспитания детей в детском саду и дома;

- участие родителей в работе по экономическому воспитанию детей в дошкольном учреждении (экономические ярмарки, праздники, конкурсы);

- создание обогащенной развивающей среды в домашних условиях;

- организация семейных игры, «круглых столов», в целях обеспечения сотрудничества детского сада с семьей.

Для родителей были изготовлены буклеты «Ребенок и карманные деньги: 10 советов родителям».Совместно с родителями был создан музей денег.

 Вместе с ребятами изготовили лепбук. И в заключении поиграли в игру «Брейн – ринг «Мы – ребята деловые».

       Мы продолжаем поиск новых и интересных средств воспитания у детей экономической культуры, основ финансовой грамотности. Результатом нашего опыта расширить кругозор ребенка. Поможет его нравственному становлению, дети приобретут навыки разумного ведения домашнего хозяйства, экономии средств, это не только расширит экономический кругозор дошкольника, но и даст представление о таких экономических качествах, как трудолюбие, бережливость, хозяйственность, экономить: поможем ребенку осознать, что достичь экономических благ можно лишь трудом.

**ГКДОУ «Детский сад№15 «Ласточка»**

**Подготовила и провела дистанционно**

**Воспитатель: Бокова З.А.**

**2020г.**

**Консультация для родителей.**

**«Телевидение и компьютер. Вред или польза?»**

21 век – век информационных технологий. Всё больше места в жизни людей стали занимать телевизор и компьютер.

Современная цивилизация по сути своей навязала и ребёнку экран в качестве средства развлечения так и обучения.

Но влияние телевидения и компьютера на детей резко отличается от влияния на взрослого человека.

К примеру, дети младшего школьного возраста не могут чётко определить , где правда, где ложь. Они слепо доверяют тому, что видят по телевидению. Ведь, детьми легко управлять , манипулировать их эмоциями и чувствами.

Телевидение давно стало частью жизни детей. Они довольно много времени проводят у телевизора , смотрят передачи все подряд: и для взрослых и для детей. По мнению многих родителей , как  только ребёнок переступает порог дома , телевизор становится его полновластным хозяином , вплоть до прихода родителей с работы.

Посмотрите статистику, которая заставит задуматься:

1)по результатам опроса 2/3современных детей в возрасте от 6 до 12 лет смотрят телевизор ежедневно;

2)50% детей смотрят телепередачи подряд, безо всякого выбора и исключений;  
3)25% детей в возрасте от 6 до 10 лет смотрят одни и те же телепередачи от 5 до 40 раз подряд;

4)35% ребят в возрасте от 6 до 12 лет при определении рейтинга использования свободного времени на первое место поставили телевизор , исключив при этом занятия спортом , прогулки на воздухе, общение с семьёй.

**Какие возможности,  и какие опасности таит в себе телевидение?**

Возможности телевидения очевидны:

1.оно помогает детям находить ответы на те вопросы, на которые не отвечают взрослые из- за занятости;

2.помогает понять, что такое хорошо и что такое плохо;

3.узнавать о различных явлениях в различных областях знаний;

4)Развивать воображение, эмоциональную сферу, фантазию;

5)наконец, занять свободное время ребёнка.

Но просмотр телевизионных передач таит в себе и определённые опасности. В первую очередь:

1)переутомление, т.к. телевизионная программа – это калейдоскоп звуков и образов, пытаясь уследить за которыми и разобраться в них, ребёнок тратит много сил. При этом эти передачи вызывают не просто усталость, а перевозбуждение.

2)Дети плохо спят, становятся неуравновешенными, беспокойными, хуже учатся. Впечатлительные дети после просмотра эмоциональных передач со стрельбой, убийствами, драками, погонями, часто становятся нервными, возбуждёнными. Фильмы ужасов у таких детей могут породить новые или усилить уже существующие страхи.

3)Под воздействием сцен агрессии, жестокости и насилия ребёнок может сам стать жестоким и агрессивным. Но, к сожалению детей, почти невозможно оградить от таких сцен. Для этого требуется особый контроль со стороны родителей.

4)У ребёнка может возникнуть самая настоящая зависимость , страсть к телевидению, которая называется телеманией. Телевизор становится ребёнку другом, ведь он может утешить и отвлечь от неприятных мыслей. При этом он ни о чём не просит и не обижается - чем не настоящий друг.

По данным разных социологических исследований современные дети общаются со своими родителями во много раз меньше, чем с телевизором.

Но общение с телевизором одностороннее, ребёнок не является настоящим собеседником ,поэтому как ни странно, дети, проводящие перед голубым экраном много времени , могут не научиться хорошо и грамотно говорить, ясно излагать свои мысли, как это происходит при чтении книг. Дело в том, что когда человек читает книгу, информация поступает в мозг в том ритме и количестве, которое соответствует его возможностям, Читая, человек сам может контролировать поток информации - остановить, обдумать что-то, перечитать заново. А когда он смотрит телевизор, поток информации огромный, насыщенный, а главное, неконтролируемый, оказывающий сильное влияние и на сознание и на подсознание.

5)коммуникативные способности детей значительно ухудшаются. Они не способны слушать родителей и нормально говорить сами.

6)К сожалению детей больше привлекают развлекательные, а не развивающие программы, т.к. это яркие , интересные и лёгкие для просмотра программы. А серьёзные программы требуют от ребёнка напряжения мысли, сосредоточенья, способности думать, а это не всегда нравится детям. Нельзя не согласится, что такое «глазение в экран» - пустая трата времени. С детства нужно в детях воспитывать телевизионный вкус.

Нет ничего плохого в том, что наши дети смотрят телевизор. Конечно, можно найти куда более интересное развлечение, но кто сказал, что в жизни всегда нужно делать только самое приятное.

Вполне понятно , что мы беспокоимся, когда наши дети часами прикованы к экрану телевизора и это мешает им заниматься другими нормальными делами.

Результаты анкет родителей.

**Рекомендации:**

1)Не стоит бросаться из крайности в крайность и устраивать борьбу с телеэкраном, ведь программы могут быть и обучающими, и развивающими творчество и фантазию. Ребёнок может многому научиться. Просто подбирайте телерепертуар, будьте в курсе того, что смотрит ваш ребёнок, как это отражается на его психике. Обсуждайте всё, что происходит на экране, высказывайте свою точку зрения, выслушивайте мнение ребёнка. И от такого времяпровождения вам и вашему ребёнку будет польза и радость.

2)Старайтесь не превращать телевизор в неизменного участника семейных ритуалов: обедов и ужинов, разговоров перед сном. Задумайтесь о роли телевидений в своей жизни. Если оно давно вытеснило друзей, интересные поездки и стало вашим хобби, наивно предполагать, что ребёнок избежит той же участи. В этом случае, затевая борьбу с экраном, прежде всего, начните с самих себя.

3)Будьте избирательны при выборе телевизионных программ, не смотрите всё подряд, этим вы подадите хороший пример ребёнку. Обсуждайте с детьми просмотренные передачи.

4)Ограничивайте время пребывания ребёнка перед голубым экраном до 1 часа в день.

Нельзя обойти вниманием чуда технического прогресса – компьютера. Ещё недавно компьютеры были скорее роскошью, но уже сейчас являются, чуть ли не предметом первой необходимости.

Рассмотрим положительные и отрицательные моменты работы с компьютером. **Существует несколько вредных факторов:**

1)Самый главный фактор – это нагрузка на зрение. Если работать на компьютере достаточно долго, то зрительное переутомлении е может привести к устойчивому снижению остроты зрения, При грамотной постановке дела нагрузка на зрение от компьютера может быть значительно снижена. Ребёнок младшего школьного возраста может проводить за компьютером не более 10- 20 минут, после чего необходимо сделать перерыв и небольшую гимнастику для глаз. Очень полезным будет научить ребёнка специальной гимнастике для глаз. Если у малыша проблема со зрением, то садиться за монитор ему можно только в очках. Ни в коем случае не разрешайте работать за компьютером в темноте.  Расположите дисплей так, чтобы свет из окна не падал на экран и не светил в глаза. Проследите, чтобы расстояние от детских глаз до экрана составляло 50-70 см.

2)Вторым по вредности фактором, влияющим на здоровье, является стеснённая поза. Сидя за компьютером, ребёнок должен смотреть с определённого расстояния на экран и одновременно держать руки на клавиатуре или органах управления. Это вынуждает его тело принять определённое положение и не изменять его до конца работы. В этом отношении компьютер гораздо опаснее телевизора, который позволяет свободно двигаться. Из-за стеснённой позы возникает следующие нарушения, как заболевания суставов кистей рук. При работе рука человека вынуждена совершать много мелких движений, сильно устаёт, а при длительной работе развиваются хронические заболевания. Самый коварный из всех врагов – это затруднённое дыхание. Вынесенные вперёд локти не дают свободно двигаться грудной клетке, и это приводит к астме, развитию приступов кашля и иным явлениям. И ещё одно нарушение – это остеохондроз. При длительном сидении с опущенными плечами возникает стойкое изменение костно - мышечной системы, а иногда искривление позвоночника. Между компьютерными играми ребёнок должен играть  в подвижные игры, гулять, заниматься спортом. Не разрешайте малышу перекусывать за компьютером: это вредная привычка может остаться на всю жизнь.

3) Третий по важности фактор – нагрузка на детскую психику. Компьютер требует не меньшей сосредоточенности, чем вождение автомобиля. И всё же психическую нагрузку можно уменьшить делая перерывы.

Кроме вышеперечисленных вредных факторов при работе за компьютером, в настоящее время появились термины «синдром компьютерного стресса» и «компьютерная зависимость». Симптомы – отмечается нарушение памяти, бессонница, ухудшение зрения, головные боли, хроническая усталость, депрессивное состояние, проблемы в общении. Как противостоять? Надо соблюдать гигиенические нормы и правила. Своевременно делать перерывы в работе. Проветривать помещение, делать влажную уборку.

**Положительные моменты.**

* Компьютер помогает выявить и развить способности ребёнка.
* Является великолепным способом самообучения.
* Развивает самостоятельное мышление.
* Усиливает концентрацию внимания.
* Учит ребёнка быстро переключаться с одного действия на другое.

**Рекомендации родителям.**

**Правила борьбы с телеманией.**

1. Совместное определение и обсуждение телепередач для просмотра для взрослых и детей на последующую неделю.
2. Обсуждение любимых телепередач взрослых и детей после просмотра.
3. Выслушивание «за» и «против» детей по поводу взрослых передач и мнения взрослых по поводу детских.
4. Телевизор не должен быть значимой частью в жизни родителей, тогда это станет положительным примером для ребёнка.
5. Необходимо помнить о том, что ребёнок, который смотрит сцены насилия, убийства, свыкнется с ними и даже испытывает при этом удовольствие. Необходимо исключить их из просмотра малышами.

**ГКДОУ «Детский сад№15 «Ласточка»**

**Подготовила и провела дистанционно**

**Воспитатель: Бокова З.А.**

**2021г.**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.**

**"Здоровые дети - в здоровой семье"**

 Забота  о  здоровье  ребёнка  и  взрослого  человека  стала  занимать  во  всём  мире  приоритетные позиции. Поскольку  любой  стране  нужны  личности  творческие,   гармонично  развитые,  актуальные  и  здоровые.

Сегодня  важно  нам,  взрослым,  формировать  и  поддерживать  интерес  к  оздоровлению,   как  самих  себя,  так  и  своих  детей. «Родители  являются  первыми  педагогами,  Они  обязаны  заложить  основы  физического,  нравственного  и  интеллектуального  развития  личности  ребёнка  в  младенческом  возрасте». Быть  здоровым - естественное  стремление  человека. Здоровье  означает  не  только  отсутствие  болезней, но  и  психическое  и  социальное  благополучие.

**Здоровый ребенок в детском саду**

Жизнь XXI века ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья ребёнка на основе здоровьеформирующего образования. Особенно остро стоит эта проблема в период адаптации ребёнка в дошкольном образовательном учреждении, впервые поступающего в детский сад.

*Здоровье* - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие человека.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами является здоровье каждого ребёнка в процессе здоровьеформирующего образования.

Формирование здорового образа жизни начинается уже с раннего возраста. Вся жизнедеятельность ребёнка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья, особенно во время адаптационного периода. При успешной адаптации выделяются два основных критерия: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования).

Оздоровительные мероприятия в детском саду позволяют ребёнку справиться с трудностями привыкания к новой среде, позволяют организовать жизнь ребёнка в дошкольном учреждении так, что приводит к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, сформировать положительное отношение к детскому коллективу сверстников и выработке умений и навыков повседневной жизни. Создавая у ребёнка положительное отношение ко всем видам деятельности, развивая различные умения, соответствующие возрастным возможностям, формируя потребность в общении со взрослыми. Мероприятия обеспечивают решение воспитательно-образовательных задач, уже в период привыкания ребенка к новым условиям и тем самым ускоряет и облегчает протекание адаптационного периода, т.е. привыкание ребёнка к детскому саду, к общественному дошкольному образованию.

**Оздоровительные мероприятия носят комплексный подход и построены на трех основных направлениях:**

Создание оздоровительной среды для профилактики у детей различных отклонений в психофизическом развитии (плоскостопие, нарушение осанки, артикуляционный аппарат, дыхание).

Формирование здорового образа жизни детей в детском саду и дома.

Развитие физической культуры.

**ГКДОУ «Детский сад№15 «Ласточка»**

**Подготовила и провела дистанционно**

**Воспитатель: Бокова З.А.**

**2020г.**

**Консультация для родителей:**

**«Витаминный календарь»**

Чтобы организм человека был здоровым и крепким, ему необходимо полноценное и правильное питание. В пищевых продуктах, которые употребляет человек, содержится много питательных веществ — белков, жиров, углеводов, минеральных солей и воды. Но, кроме этого, есть особые вещества, необходимые для нормальной работы организма. Их называют витаминами. «Вита» по-латыни — значит жизнь. Действительно, без витаминов невозможна жизнь человека.

Содержание витаминов в продуктах питания было впервые доказано русским врачом Н. И. Луниным в 1880 г. во время опытов на животных. Он взял две группы белых мышей и начал кормить их по-разному: одних искусственным молоком, других — обычным коровьим. Мыши, которые пили искусственное молоко, заболели и погибли; животные же, питавшиеся обычным молоком, остались здоровыми. Из этого Лунин сделал вывод, что в коровьем молоке содержатся какие-то вещества, необходимые для питания. В дальнейшем это подтвердили исследования польского ученого К. Функа, который ввел термин «витамины».

Витамины нужны для роста и развития организма. Благодаря им человек меньше болеет, лучше работает, у него быстро заживают раны, порезы и сращиваются кости, а также повышается выносливость при физической нагрузке. Витамины укрепляют организм, поэтому, если их недостаточно в организме человека или животного, может развиться такое заболевание, как авитаминоз (от лат. «не имеющий витаминов», которое иногда даже приводит к смерти. Если человек заболел авитаминозом, у него начинаются головные боли, он становится раздражительным, ухудшается аппетит, снижается интерес к работе. Признаки этих заболеваний были известны давно.

Несколько веков назад, когда люди еще не знали, что такое «ви-тамин», моряки, ходившие в дальние плавания, часто заболевали какой-то непонятной болезнью. Сильные, крепкие, закаленные в штормах матросы вдруг слабели, делались сонливыми. У них начинали кровоточить десны, выпадать зубы. Но стоило людям вернуться на берег, как довольно скоро болезнь, которую назвали цингой, проходила сама собой. Впрочем замечали и другое. На тех кораблях, где было вдоволь запасено кислой капусты и где повар выращивал зеленый лук, люди болели цингой гораздо реже. И только спустя много лет стало ясно: в пище матросов не хватало витаминов.

В настоящее время известно более 30 различных витаминов. Для их обозначения пользуются буквами латинского алфавита: А, В, С, D и т. д.

Витамин А. В Древнем Египте и Китае существовало заболевание, которое называли «куриной слепотой»: человек, подобно курице, хорошо видел днем, но не видел в сумерках. Оно было вызвано недостатком витамина А, который открыли лишь в 1631 г. Витамин А необходим для роста организма и поддержания зрения. Он содержится в таких продуктах, как морковь, петрушка, зеленый лук, сладкий и горький перец, ботва свеклы и редиса, щавель. Довольно много его в яичном желтке, сливочном масле, чуть меньше в молоке.

Витамин В. Более 1000 лет назад в Японии, Китае, Индии стало известно заболевание «бёри-бёри», что означало «шаткая походка» или «не в состоянии идти». Сначала больному было трудно ходить, затем у него развивался паралич ног и рук, атрофировались мышцы. Болезнь появлялась от недостатка витамина В.

Витамин В укрепляет мышцы и кости организма, повышает его чувствительность. Он содержится в хлебе, свином мясе, печени, Крупах, гречневой, овсяной кашах, горохе, фасоли, бобах, яйцах.

Витамин С. Этот витамин излечивает цингу — болезнь мореплавателей. Однако случаи заболевания цингой встречались и среди мирного населения. Чаще всего они возникали в результате стихийных бедствий и вследствие неурожая овощей особенно картофеля. В 1912 г. было установлено, что люди болеют цингой, потому что в их организме не хватает витамина С, что влияло на изменения в сердцебиении, боли в ногах, кровоточивость десен, склонность к кариесу, расшатыванию и выпадению зубов.

Витамин С содержится, главным образом, в свежих фруктах, овощах и ягодах. Наиболее богаты им плоды шиповника, черная смородина, капуста, хрен, апельсины, лимоны, хвоя, незрелые грецкие орехи. Один из важнейших источников витамина С — картофель.

Витамины, содержащиеся во фруктах:

А — абрикос, шиповник, рябина, хурма (восстанавливает зрение, укрепляет кожу, необходим для нормального роста) ;

В2 — слива, вишня, алыча, шиповник (предупреждает нарушение зрения, поражение кожи) ;

В6 — боярышник, виноград, калина (участвует в обмене веществ в организме) ;

С — черная смородина, облепиха, апельсины, лимон, мандарин (предупреждает простудные заболевания, цингу) ;

К — рябина, облепиха, черная смородина (повышает свертываемость крови) .

У того, кто ест овощи и фрукты всегда, как правило, хорошее самочувствие, чистая кожа, изящная фигура. Овощи и фрукты — главные поставщики витаминов.

Таким образом, для сохранения и улучшения здоровья человеческому организму необходимы все витамины, поэтому питаться нужно правильно, а хранить продукты грамотно.

\